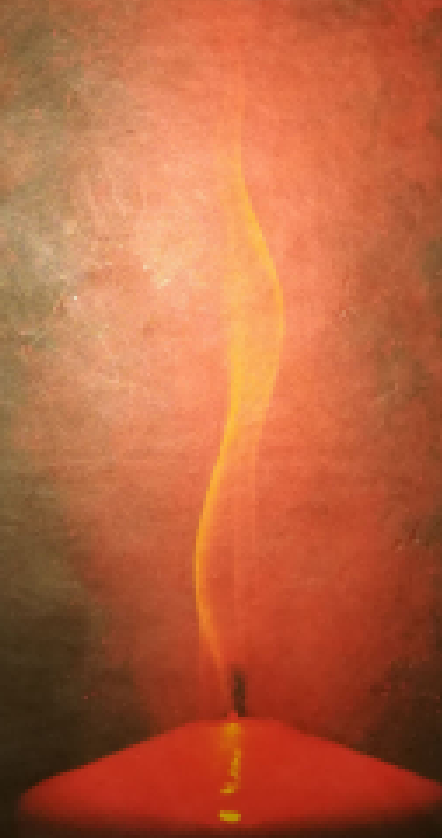


# خود سے خدا تک

PSYCHOLOGICAL & SPIRITUAL  
AWAKENING



پاک لینڈ  
لاہور - پاکستان

محمد ناصر افتخار

## فہرست

21	1	میں کون ہوں؟ نمودی کیا ہے؟ نفس کیا ہے؟
26	2	علم اور عقل
32	3	ذہن کیا ہے؟ سوچ کیا ہے؟
37	4	جہم اور ذہن کا گھوڑ
41	5	تکرار کا اہمیت سی پکر
46	6	یادداشت کیا ہے اور کیسے کام کرتی ہے؟
49	7	دل، احساس اور توانائی
57	8	کردار و نفس
59		جملہ بات نفس
60	9	تکلیف کا راز
67	10	سستی کا بلی
69	11	عدم تعلق کا شدید احساس
74	12	تجربہ کاری
76	13	خواہش ناقص
82	14	تجربائی، ادراک اور غلط
89	15	واپس گلیاں
96	16	خوف
102	17	بے گینی، دباؤ اور پریشانی
125	18	شک اور عقیدہ
133	19	تجسس اور عادت



137	20	چاہے جانے کی آرزو
142	21	انجمنی برائی
146	22	ذہن اور نفس
154		تربت نفس
156	23	توبہ اور ہدایت
171	24	زمان و مکاں
179	25	مراقبہ کیا ہے؟
181	26	مشاہد حق
222	27	ارٹاکاز، دھیمان
259		اہل شعور تک رسائی
262	28	اللہ کی یاد
276	29	ذکر
300	30	اللہ کی پہچان
325	31	شعری اور قاب قوسین
344	32	محبت رسول ﷺ
353	33	اعوذ باللہ من الشیطان الرجیم
369	34	ذہن کی حقیقت
381	35	اہل مقصد حیات
388	36	معرفت نفس
412		نفس آیات قرآنی
438		انکشافات

میں کون ہوں؟ خودی کیا ہے؟ نفس کیا ہے؟

Who am I? What is Ego?

What is Self?

اپنی پہچان کیلئے جب ہم قرآن مجید سے مدد لیتے ہیں تو اللہ نے دو طرح کے دشمنوں کا ذکر کیا ہے شیطان کو انسان کا دشمن کہا ہے اور فرمایا کہ جب میں نے نفس کو پیدا کیا تو اپنا سب سے بڑا دشمن پیدا کیا۔  
 و نفس و ما سواہما ناکفراھا فہو عداؤ فیقرابا  
 فہو الذلیم من ذلکھما و فہو غاب من ذلکھما

قرآن کریم میں شدت کے ساتھ نفس کے ترکی کا حکم دیا گیا ہے۔ ترکیہ تب ہی کیا جاسکتا ہے جب آپ اس دشمن کو جان لیں خوب اچھی طرح پہچان لیں کہ آخر نفس ہے کیا؟ اس کے افعال کیا ہیں؟ تمہی آپ اس قابل ہو سکتے ہیں کہ اسے پاک کر سکیں۔

آئیے نفس کے بارے میں جاننے کی کوشش کرتے ہیں۔

بنیادی طور پر نفس کے تین حصے ہیں۔۔۔

جسم (Body)، حواس خمسہ (Five Senses)، ذہن (Mind)

ہم بالترتیب تینوں کا مشاہدہ کرتے ہیں۔

میں کون ہوں؟ مخلوق کیا ہے؟

جسم ایک زندہ مادی ہے۔ Body is appearance۔ ہر جاندار کا وجود اس کے جسم کے ساتھ ہے۔ جسم واحد جڑوں سے singular cell سے بنا ہے۔ یہ ایک حیاتیاتی مادہ matter ہے۔ جسم body ایک زندہ چیز نہیں ہے۔ جو اس قسم سے موجود نہ ہوں وہ مائع کام نہ کر رہا ہو تو جسم کی اپنی حیثیت ایک مردہ شے کی ہے۔

جسم کا عقل سے براہ راست کوئی زیادہ تعلق نہیں ہے۔ جسم حیوانی ہے اور اس میں دو جہتیں ہیں۔ بچاؤ survival اور افزائش نسل یعنی reproduction۔ جسم صرف بھوک مٹانے اور اپنی پیدائش اور بڑھانے reproduction میں دلچسپی رکھتا ہے اسے باقی کسی شے سے غرض نہیں۔

\* (انسان اور حیوان میں بنیاد کا فرق)

گو کہ انسانی جسم اپنی بناوٹ اور نفاس کے اعتبار سے تمام حیوانی اجسام میں اعلیٰ وجود رکھتا ہے لیکن پھر بھی یہ ایک اہل حقیقت ہے کہ بنیادی طور پر حیوان اور انسان کے جسم میں حیاتیاتی اعتبار سے کوئی زیادہ فرق موجود نہیں۔

زندگی اس کی سرشت ہے یہ بذاتہ خود زندگی ہے اسے اس دنیا میں بچنے کیلئے survive کرنے کیلئے خود راک چاہیے اور یہی اس کی اولین ترجیح ہے۔ بھوک مٹانے کے بعد یہ خود کو ابدی eternal کرنا چاہتا ہے، لازوال ہونا چاہتا ہے۔ اس کے لئے اس کے پاس صرف یہی ایک راستہ بچتا ہے کہ وہ اپنی نسل کو جنسی عمل sex سے آگے بڑھائے۔ اس کیلئے یہ کسی لذت کا طلبگار نہیں (لذت pleasure جسم کا نہیں ذہن کا مسئلہ ہے۔)

اسے تو صرف خود کو آگے بڑھانا ہے organism کو deliver کرنا ہے تاکہ زندگی قائم رکھ سکے۔ یہی اس کی عقل ہے اور اتنا ہی اس کا مقدر ہے۔ یہ مٹی سے بنا ہے، انسان کو اسی دنیا میں ایک لباس کی صورت عطا کیا جاتا ہے۔ ایک ایسا لباس جو انسان کا اپنا نہیں بلکہ اس زمین کا ہے۔ وجود اس دھرتی کا ہے جو موت کے وقت اسی دھرتی کو سوہا دیا جاتا ہے جیسے

کوئی اوجھار کو لوٹا دیتا ہے اسی طرح مٹی کا وجود مٹی واپس لے لیتی ہے یہاں تک کہ انسان روز قیامت دوبارہ اٹھائے جائیں اُن کے وجود کو اسی مٹی میں ضم ہو جانا ہے، فنا ہو جانا ہے۔ مٹی کو مٹی میں مل جانا ہے۔ جسم نہیں جانتا کہ وہ زندہ ہے یا مردہ۔ اسے کوئی خبر نہیں کہ تکلیف کیا شے ہے۔۔۔ یہ سب تو اسے ذہن بتاتا ہے خواں بتاتے ہیں۔ اس بات کو ایک مثال سے سمجھتے ہیں۔

فرض کیجئے ایک شخص کو میز پر لٹا کر اس سے اس کا نام، بیوی، بچے، تعلیم اور کاروبار کا پوچھا جائے جواب ملنے کے بعد اس کے دونوں بازو کاٹ دیئے جائیں اور پھر یہی پوچھا جائے کہ تم کون ہو تو جواب پہلے والا ہی ملے گا۔ پھر دونوں ٹانگیں بھی جسم سے جدا کر دی جائیں اور وہ شخص میز پر پڑا ہوا شخص ایک دھڑلی رو جائے تب بھی اس کا نام تعلیم، کاروبار، گھر بار، بیوی بچے وہی رہیں گے۔ اس کا صاف مطلب ہے کہ وجود شخصیت کا ایک حصہ ضرور ہے لیکن مکمل شخصیت ہرگز نہیں ہے پھر وہ کون ہے جو جسم سے ماوراء ہے؟

یہ صرف جسم کا وہ تعارف ہے جو کہ نفس کیلئے انسان کو درکار ہے ورنہ جسم اللہ رب العزت کی حسین ترین تخلیق ہے۔ اس کے اندرونی و بیرونی اعضاء کی تخلیق پر قیامت تک بھی غور کیا جاتا رہے تو کبھی بھی یہ پتہ نہ چل پائے گا کہ یہ آخر ہے کیا؟

آج سے قریباً تیس سال پہلے جا کر دیکھیں کہ سائنس اس جسم کو اتنا کم جانتی تھی اتنا under estimate کر رہی تھی کہ ہر بیماری کیلئے صرف ایک ہی ڈاکٹر ہوا کرتا تھا لیکن پھر انسان کو احساس ہوا کہ یہ اتنا آسان نہیں ہے تو ہر عضو کی سپیشلائزیشن کا دور شروع ہوا حتیٰ کہ دانتوں کیلئے سات سال کی طبی تعلیم لازم قرار پائی۔ جتنا اندر اترتے چلے جاتے ہیں اتنا ہی راز الہی چلا جاتا ہے حتیٰ کہ بات کلوٹنگ سے بڑھ کر میوٹیشن تک جا پہنچی ہے۔ جسم کو اتنا قیامت پڑھا جاتا رہے گا۔

اسی طرح حواس کی اپنی ایک الگ دنیا ہے جس کے اپنے اسرار ہیں اور اپنے کمال۔  
حواس بنیادی طور پر پانچ ہوتے ہیں۔

1- دیکھنا (بصارت) (Sight)

2- سنا (سماعت) (Hearing)

3- چکھنا (Taste)

4- سونگھنا (Smell)

5- محسوس کرنا۔ چھونا (Touch)

یہ جسم کیلئے سینسرز (sensors) کا کام سرانجام دیتے ہیں معلومات اکٹھی کرتے ہیں اور دماغ کو پہنچاتے ہیں۔ ان کا اصل کام جسم اور ذہن سے مل کر خواہش کو جنم دینا ہے اس پر آگے بات ہوگی۔ حواس کو کام کرنے کیلئے مخصوص اعضاء دیئے گئے ہیں۔ بصارت آنکھ کو کیمرے کی طرح استعمال کرتی ہے، سماعت کانوں کے ساتھ جڑی ہے، چکھنے کی حس زبان میں ہے، سونگھنے کیلئے ناک استعمال ہو رہی ہے اور چھونے کی محسوس کرنے کی حس پورے وجود کے پورے میں سمائی ہے۔

واضح رہے کہ یہ تعریف طبی نقطہ نگاہ سے نہیں کی گئی کیونکہ اللہ ایک تخلیق سے ہزاروں لاکھوں مقاصد حاصل کرتا ہے۔ جیسے ناک صرف سونگھنے کیلئے نہیں ہے بلکہ سانس لینے اور نکالنے سمیت اس کے بے شمار کام ہیں۔ یہاں حواس کے بیان کا مقصد صرف اپنی پہچان کیلئے ہے۔ ہم کل میں سے جزو کو الگ کر رہے ہیں تاکہ جو ایک نظر آ رہا ہے، حقیقت میں وہ کیا ہے یہ جان سکیں۔ حواس کے پاس بھی اپنا کوئی طرز نہیں ہے۔

ذہن کے بغیر حواس کے پاس جو معلومات ہیں وہ کسی کام کی نہیں ہیں۔ ایک نظر ذہن کو بھی دیکھتے ہیں۔۔۔ موضوع کی مناسبت سے درست صرف اتنا سمجھ لینا کافی ہے کہ ذہن جسم

میں کون ہوں؟ خودی کیا ہے؟ نفس کیا ہے؟

انسانی میں یادداشت کا مرکز و محور ہے۔ یہ ڈیٹا سنٹر ہے۔ تجزیہ کار analyst ہے۔ یہ تمام جسم اور حواس پر حکمران ہے۔ حواس باہری دنیا کی معلومات اسے مہیا کرتے ہیں اس اندر حیش کی مدد سے ماضی کے تجربات کو استعمال کر کے ذہن ایک تجزیہ کار کی حیثیت سے فیصلہ صادر کرتا ہے جسم اور حواس جسے ماننے کے پابند ہوتے ہیں۔

یہ جان لینا ضروری ہے کہ ذہن mind اور دماغ brain دونوں الگ ہیں مگر ایک دوسرے سے جڑے ہیں۔ جیسے جسم مادی اور روح غیر مادی ہے اسی طرح دماغ مادی اور ذہن غیر مادی ہے۔ دماغ اعصابی نظام اور بہت سے دوسرے خلیات سے مل کر بنا ہے جن کو دیکھا جاسکتا ہے، چھوا جاسکتا ہے جبکہ ذہن غیر مادی ہے یہ سوچ کا نام ہے۔ ذہن دماغ کے ذریعے تمام جسم انسانی سے جڑا ہے۔ نفس انسان ان تین حصوں سے مل کر بنا ہے جسم، حواس اور ذہن۔ یہ تینوں ایک دوسرے کے بغیر بیکار ہیں۔ کسی ایک کی دوسرے کے بغیر کوئی حیثیت نہیں ہے۔ اگر اس سوال پر گہرائی سے غور کیا جائے کہ میں کون ہوں؟ تو انسان درطہ حیرت میں گم ہو جاتا ہے۔

کیا میں جسم ہوں؟ کیا میں احساس ہوں؟ کیا میں ذہن ہوں؟ جب بھی کوئی اندر تر کر دیکھتا ہے تو پاتا ہے کہ میں یہ سب نہیں ہوں۔ میں ان سب سے ماورا ہوں۔ میں ایک حقیقت متکثر ہوں۔ میری عزت، میرے خیالات، جذبات، میرا علم، میری دنیا۔۔۔ یہ سب کس کا ہے یہ عزت کس کی ہے؟ کیا عزت میرے جسم کی ہے؟ احساس کی یا پھر میرے ذہن کی؟ ان سوالوں کے جواب جاننے کیلئے آئے نفس کی تہہ در تہہ گہرائیوں میں اترتے ہیں۔

☆☆☆☆☆☆

## علم اور عقل

### Knowledge and Intellect

نفس کو جاننے کیلئے سب سے پہلے علم اور عقل کو جاننا اور پہچاننا ہوگا۔ علم کیا ہے اور عقل کیا ہے؟ اللہ قرآن میں فرماتا ہے کہ علم دیا گیا مگر تھوڑا سا۔۔۔ محدود یا Limited علم ہے۔

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ  
عِلْمَ الْغَيْبِ إِلَّا قَلِيلًا ۝

اور یہ لوگ تجھ سے روح کے متعلق سوال کرتے ہیں، کہہ دو روح میرے رب کے علم سے ہے اور تمہیں جو علم دیا گیا ہے وہ بہت ہی تھوڑا ہے۔

(سورۃ بنی اسرائیل 85)

اور اُلا قلیل کہتا ہے۔ اگر خالق کہہ رہا ہے کہ علم تھوڑا ہے تو یہ بھی ماننا پڑے گا کہ عقل محدود ہے۔ پہلے علم اور عقل میں فرق کو سمجھ لیں۔

علم کسی شے کو جان لینے کا نام ہے knowing ہے۔ خود کو جاننے کیلئے ہمیں تلاش inquire کرنا ہوگا کہ ہمارے علم کا معیار کتنا ہے اس کی پہنچ کہاں تک ہے تو بات یہاں پہنچتی ہے کہ علم اپنی اصل میں کیا ہے؟ علم کی اصلیت actuality تک پہنچنے کیلئے ہمیں

خیال thought کو جاننا ہوگا کیونکہ ذہن کی حرکت علم کی حرکت ہے۔ یعنی علم خیال سے متحرک ہوتا ہے۔ خیال یادداشت کا نام ہے memory ہے۔ ڈیٹا ہے۔ اگر کسی کی یادداشت کھوجائے تو اس کی سوچ ختم ہو جاتی ہے یا بے ترتیب ہو کر علم کے بگاڑ میں تبدیل ہو جاتی ہے اور پاگل پن کا ظہور ہوتا ہے۔

ہمارے تمام تر خیالات ہماری مکمل ترین یادداشت memory ہیں اور ہماری تمام تر یادداشت memory ہمارا ماضی ہے۔۔۔ غور کیجئے کیا ایسا نہیں ہے؟ ہمارے پاس مستقبل کی کوئی یادداشت memory نہیں ہے کوئی ڈیٹا نہیں ہے۔ حال کے اندر فی الوقت ہم خود موجود ہیں۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ تمام یادداشت memory ماضی ہے past ہے۔ جو ہو چکا ہے وہ ہمیں یاد ہے اور یہی یاد ہمارا خیال ہے۔ مصنف پر یقین کرنے کی بجائے ان سطروں کی شک doubt کی نگاہ سے دیکھیں اور اپنا تجربہ خود کریں۔ جن تجربات و احساسات سے ہم گزر چکے ہیں وہ ہمارا ماضی ہے۔ ہم نے کہیں پڑھا، کہیں سے سنا، کہیں دیکھا، جو کچھ پکھا سونگھا۔۔۔ جو بھی اپنی ساری زندگی محسوس کیا وہ ہمارا تجربہ ہے experience ہے، ہمارا اور اک ہے۔

یہ ہمارا ماضی ہے اور ہمارا ماضی past ہی ہمارا تمام تر علم knowledge ہے۔ ہمیں مستقبل کا کوئی علم نہیں؟ حال کے تجربے سے ہم اس وقت گزر رہے ہیں۔ اس لئے ہمارا سارا علم ہمارا ماضی past ہے۔ علم knowledge اپنی حقیقت reality میں ماضی past ہے۔ یہ ایک حقیقت fact ہے۔

دنیا میں کم و بیش پچاس ہزار سال سے انسان جیتا اور مرتا چلا آ رہا ہے۔ کسی کو علم نہیں کہ کتنی تعداد ہے نہ کوئی گن سکتا ہے۔ یہاں تک کہ آج کل ہر روز چھارپ سے اوپر آدمی جی رہا ہے



مر رہا ہے۔ اپنے ہم جنسوں کی اتنی عظیم تعداد کے درمیان جیتا ہوا (ایک انسان) بے حقیقت  
شے ہے۔ اس کے تجربات لازم ہے کہ محدود تر کہلائیں۔ چونکہ اس کی ذاتی زندگی ایک  
محدود دائرے میں چل رہی ہے اس لئے اس کے پاس ماضی کی صورت میں جو معلومات  
موجود ہیں جسے وہ علم کہتا ہے وہ بالکل قلیلہ ہے۔ دیا گیا مگر بہت تھوڑا  
limited۔۔۔ عقل intellect اس علم کو استعمال کرنے کا نام ہے۔

کسی بھی صورت حال میں ہمیں جو فیصلہ کرنا ہے وہ عقل ہے جس کی بنیاد علم ہے۔ چونکہ  
ہمارا علم محدود ہے اس محدود علم کی بنیاد پر روزمرہ زندگی کے جو چھوٹے بڑے فیصلے ہم روزانہ  
کرتے ہیں وہ بھی انتہائی محدود حیثیت کے حامل ہوتے ہیں اسے زاویہ نظر  
perspective کہتے ہیں۔ ہمارا زندگی کو گزارنے کا زاویہ نظر تنگ، چھوٹا اور محدود ہوتا  
ہے narrow اور limited ہوتا ہے۔ اسی لئے ہم حادثاتی انسان accidental  
being کی طرح زندگی گزارتے ہیں۔ ہمارے فیصلے کی، ہماری عقل کی اور ہمارے علم کی  
کوئی بنیاد نہیں ہوتی۔ ہم اپنے تمام فیصلے اپنے ماضی کے تجربات کو مد نظر رکھتے ہوئے  
کر رہے ہوتے ہیں۔ ایسے محدود تر زاویہ نظر سے ہم سچ تک کیسے پہنچ سکتے ہیں؟

ہم حال present میں بیٹھ کر اپنے ماضی past کا تجزیہ analysis کرتے ہوئے  
اپنے مستقبل future کے خدوخال بنانے اور اسے تبدیل modify کرنے میں مصروف  
ہوتے ہیں۔ جبکہ ہمیں تخلیق کرنے والا ہمارا مالک ہمیں کہتا ہے کہ کوئی ذی روح نہیں جانتا  
کہ وہ کل کیا کرے گا۔

إِنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ عِلْمُ السَّاعَةِ وَيُنَزِّلُ الْغَيْثَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْأَرْحَامِ وَمَا  
تَدْرِي نَفْسٌ مَّاذَا تَكْسِبُ غَدًا وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ بِأَيِّ أَرْضٍ تَمُوتُ إِنَّ  
اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ۝

بے شک اللہ ہی کو قیامت کی خبر ہے، اور وہی جینے برساتا ہے، اور وہی جانتا ہے جو کچھ ماؤں کے پیٹوں میں ہوتا ہے، اور کوئی نہیں جانتا کہ وہ کھل کیا کرے گا، اور کوئی نہیں جانتا کہ وہ کس زمین پر مرے گا۔

بے شک اللہ جانتے والا خبردار ہے۔

(سورہ لقمان 34)

جب اللہ نے فرمایا کہ میں زمین پر اپنا نائب انسان کو بنانے والا ہوں تو فرشتوں نے حیرت سے کہا کہ اے رب یہ تو خون بہانے اور فساد کرنے والا ہے۔ اللہ نے کہا جو میں جانتا ہوں وہ تم نہیں جانتے پھر اللہ نے آدم کو کچھ چیزوں کے نام سکھا دیئے پھر ایک مدت بعد فرشتوں سے پوچھا کہ ان اشیاء کے اسماء بتاؤ۔ انہوں نے عاجزی کی کہ اللہ تو نے جو بتایا ہم وہی جانتے ہیں اس سے زیادہ کچھ نہیں پھر آدم کو حکم دیا تو اس نے نام بتا دیئے۔

(البقرہ 30-33)

اگر آپ غور کریں تو پتا چلتا ہے کہ ہمیں اشیاء کے ناموں کا علم ہے اور ان کے اچھے برے خواص کا بھی علم ہے لیکن ہم کسی بھی شے کی حقیقت نہیں جانتے۔ آپ کی پوری زندگی آپ کے پورے علم میں کوئی ایک شے بھی ایسی نہیں جس کی اصل حقیقت اور ماہیت actuality کا آپ کو علم ہو۔

ماچس کا پتا ہے کہ اس سے آگ جلے گی فائدہ کا بھی پتا ہے اور نقصان کا بھی لیکن آگ بذاتہ خود کیا ہے؟ کچھ گیسز کا مجموعہ؟ اچھا؟؟ گیس اپنی اصل میں کیا ہے؟ اس کی actuality کیا ہے؟ ماچس میں تیلی ہے اس کے سرے پر مصالحہ ہے۔ تیلی لکڑی سے بنی ہے۔ لکڑی درخت سے آئی ہے۔ درخت کے پتے، شاخیں ہیں، تنہا ہے، اس کی جڑ ہے، درخت بیج سے بنا ہے ہر شے کا بیج ہوتا ہے لیکن یہ بیج اصل میں کیا ہے؟؟؟

مختصر

جب بھی آپ کسی شے کی جڑ root تک جائیں گے تو دیکھیں گے کہ کسی بھی شے کی حقیقت ہمیں کچھ علم نہیں (دیا تو کیا ہے لیکن تھوڑا سا)۔۔۔ حضور اکرم یہ دعا پڑھا کرتے تھے۔

اللھم ارنا الاشیاء کما هی (ترمذی، کتاب الادویہ، ص ۴۵۶)

اے اللہ ہمیں چیزوں کو ویسا دکھا جیسی ان کی حقیقت ہے۔

ہمارا علم محدود limited ہے۔ جب تک ہم اس حقیقت کو کچھ کرمان نہیں لیتے تب تک اس علم کا دروازہ ہم پر نہیں کھلتا نہ ہی نفس کا ترکیب ہو پاتا ہے۔ فرمایا رب لا شریک لہ انسان ظالم violent اور جاہل ignorant ہے تو ہم اپنے رب کی اس statement کو کیوں نہیں مانتے کہ ہم جاہل ہیں۔ مانیں گے نہیں تو جہل کا ظلم کیسے ٹوٹے گا؟

وَالْعَاوِضَاتُ الْإِنْمَانَةُ عَلَى السَّيِّئَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَتَيْنَ أَنْ تَعْلَمْنَهَا  
وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَعَبَّلَهَا الْإِنْسَانَ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا

ہم نے آسمانوں اور زمین اور پہاڑوں کے سامنے امانت پیش کی پھر انہوں نے اس کے اٹھانے سے انکار کر دیا اور اس سے ڈر گئے اور اسے انسان نے اٹھا لیا۔

بے شک وہ بڑا ظالم بڑا جاہل تھا۔

(سورہ الاحزاب 72)

علم اور عقل کے علاوہ بھی ایک شے ہمارے پاس ہے جسے شعور کہا جاتا ہے۔ یہ ایک بڑی آنکھ، ایک وسیع تر زاویہ نظر ہے۔ ہمیں ایک لحظے میں پتہ ہے کہ ہم کون ہیں؟ اپنی ساری زندگی سے ہم ایک لمحے میں باخبر ہیں۔ اس کیلئے ہمیں کسی علم و عقل کی ضرورت نہیں ہے۔ ہم باخبر ہیں aware ہیں کہ ہم زندہ ہیں۔ ہمیں اپنے جسم حواس اور علم و عقل کا شعور ہے awareness ہے۔ ہمیں کچھ یاد رکھنے کی ضرورت نہیں یہی ہمارا شعور ہے۔

ایک مثال سے سمجھتے ہیں۔۔۔ آپ نے اکثر ڈائری کے شروع میں دنیا کا نقشہ دیکھا ہوگا۔ اس نقشے میں اگر آپ کوئی شہر ڈھونڈ رہے ہوں تو آپ نقشے میں گم ہوتے ہیں۔ آپ کچھ ڈھونڈ رہے ہیں یہ علم ہے عقل ہے۔ اس نقشے کو اس map کو ایک نظر میں پورا دیکھنے کیلئے آپ کو کچھ وقت کیلئے عارضی طور پر منزل destination چھوڑنا ہوگی۔ سوال چھوڑ دینا ہوگا۔ آپ کو احساس ہوگا کہ اگر آپ کچھ نہیں ڈھونڈ رہے تو آپ پورا نقشہ دیکھ سکتے ہیں اب پوری دنیا ایک نظر میں آپ کے سامنے ہے۔۔۔ یہی شعور ہے۔

کیا انسان اس بات پر قادر نہیں کہ اپنی پوری زندگی پر ایک نظر ڈالے اور سب دیکھ لے۔ کیا آپ نے بھی ایسا کیا ہے؟ کیا وجہ ہے کہ ہم باشعور ہونے کے باوجود بے شعوری کی زندگی کو ترجیح دیتے ہیں۔ ہمیشہ ساری زندگی چھوٹے چھوٹے مسائل کے حل میں مصروف آدمی خود کو پورے طور پر دیکھنے کو تیار نہیں ہوتا۔۔۔ کیوں؟

تمام جہانوں کا رب فرماتا ہے کہ ہم نے تمام انسانوں کو ایک ہی نفس پر پیدا کیا ہے یعنی ایک ہی psyche پر۔ ہم سب کی ایک ہی نفسیات ہے۔ ایک ہی psychosis ہے اس لئے جب میں لکھتے ہوئے "میں تنگھٹا ہوں تو وہ آپ" ہیں اور جب میں آپ تنگھٹا ہوں تو وہ "میں بھی ہوں۔ ایک ہی بات ہے سب میں ایک ہی نفس کا فرما ہے۔

☆☆☆☆☆☆

خیال کیا ہے؟ سوچ کیا شے ہے؟

## Difference Between Thought and Thinking

کیا ہم واقعی سوچتے ہیں؟ ہمیں ایسا لگتا ہے کہ ہم سوچتے ہیں جبکہ حقیقت اس کے برعکس ہے۔ انسان ہرگز کچھ بھی نہیں سوچتا۔ ہم صرف محرک stimulus کا جواب دیتے ہیں respond کرتے ہیں۔ سوچ اپنی اصل میں ایک مردہ شے dead thing ہے۔ سوچ ذہن میں پیدا نہیں ہو رہی یہ خود بخود وقوع پذیر نہیں ہو رہی۔ سوچ thought باہر ہے external ہے یہ اندرونی internal نہیں ہے۔ محرک stimulus باہر ہے۔ یہ بہت عجیب و غریب سوال ہے آئیے بیاز کے جھلکے کی نہیں اتارنا شروع کرتے ہیں۔ دیکھتے ہیں آخر میں کیا پھٹتا ہے؟

نظرِ ارتقاء theory of evolution کی بات شروع ہو تو بہت سے ایسے لوگوں کے دل کو طیس پہنچتی ہے جو اپنے خیالوں میں آدم و حوا کو آسمان سے زمین پر اتارتا دیکھتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ کی عادت مبارکہ میں تصوراتی بناوٹ نہیں ہے۔

یہاں کیا ہے؟ اس کی کوئی بات ہے؟

ادب (fiction) کو نہیں حقیقت (fact) کو پسند کرتا ہے۔ وہ عالم ہے۔۔۔ سب سے بڑا عالم۔۔۔ وہ کوئی بھی کام ایسا نہیں کرتا جس کی کوئی علمی بنیاد نہ ہو۔ ہندو سے انسان بننے کے عمل کو نہ بھی مانا جائے تو یہ بات بھر بھی ملے ہے کہ قرآن کہتا ہے انسان پر ایک طویل عرصہ ایسا بھی گزرا ہے جب وہ کوئی قابل ذکر شے نہ تھا۔ (الانسان/الحد 1)

اگر وہ ہمارے جیسا ہی کوئی انسان بھی تھا تو لازمی امر ہے کہ جانوروں کے قریب تر زندگی گزارتا تھا۔ ہماری فصلتیں بھی اس امر کی شہادت دیتی ہیں۔ ہر انسان میں کسی نہ کسی جانور کی صفت ہوا کرتی ہے۔۔۔ جیسے کوئی بھیڑ یا صفت، شیر کی طرح بہادر، لومڑی کی طرح چالاک اور سانپ کی طرح خطرناک ہوا کرتا ہے۔ اس اولین دور کے انسان میں عقل و فہم نام کی کوئی شے نہ تھی۔ قرآن کریم میں ارشاد باری تعالیٰ ہے:

ہم نے تمام جانوں کو عقل جان پر حاضر کیا (الانسان 128)

یہ عقل جان کیا تھا؟ ہر قیمت پر اپنی جان بچائے رکھنے کی جبلت عقل جان ٹھہری کہ کوئی مرنے پر آمادہ نہ تھا۔ ہر طرف موت کی بادشاہی تھی انسان کے پاس عقل تھی نہ ہی علم۔ نتیجہ یہ تھا کہ انسان مر رہا تھا۔ ہر شے اس کی دشمن تھی کبھی سانپ نے کاٹ کھایا تو کبھی کسی کھائی سے بچے جا کر ابھی دردوں نے چیر بھاڑ کر رکھ دیا تو کبھی پانی میں ڈوب مرا۔ پھر ایک دن اس نے مرنے سے انکار کر دیا۔ سو میں سے ننانوے انسان پہاڑ سے گر کر مرے لیکن آخری انسان نے موت کے شدید ترین تیز ہوتے محرک (stimulus) کو جواب دے دیا

respond کر دیا۔۔۔

بچے ایسا کیا ہے کہ جو جاتا ہے واپس نہیں آتا؟ اُسے پہلی بار خوف کے سرد احساس سے شناسائی ہوئی۔ میں ایسا نہیں کروں گا جیسا مجھ سے پہلے والے کر رہے ہیں۔۔۔ حادثہ ٹک گیا۔۔۔ وہ بچ گیا۔۔۔ زندگی کو قرار آنے لگا۔ انسان نے hit & trial سے سیکنا

نیال کیا ہے؟ - ذکاوت ہے؟

مستطاب

شروع کیا اور پھر وہ سوچتا ہوا انسان بن گیا۔ ہزاروں سال گزرتے چلے گئے فکر stimulus کی تعداد بے اندازہ بڑھتی گئی اور اس کے رد عمل میں جواب response بھی بڑھتا گیا۔ نسل در نسل یہ معلومات یہ data شفلٹ ہوتا رہا۔ کچھ چیز سے اور بہت سا علم کے طور پر بھی انسان کی نسل کو آگے منتقل ہو رہا تھا جس کے نتیجے میں انسان ہر گزرتے دن کے ساتھ مزید سوچنے والا بن چلا گیا۔

اسی دوران خالق کائنات نے آسمانی کتابوں کو انبیاء، رسولوں اور پیغمبروں کے ذریعے اتارا۔ انسان کو وہ سکھایا جو وہ جاننا نہ تھا حرکت stimulus کا جواب تو جانور بھی دے رہا تھا۔ ہرن شیر کو دیکھ کر بھاگ رہا تھا۔۔۔

مگر انسان کی قابلیت اور قہمی اس میں شعور تھا۔۔۔

إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَّبْتَلِيهِ فَتَعْلَمُ أَسْبَابَ تَبْيِينِ

بے شک ہم نے انسان کو ایک مرکب بوند سے پیدا کیا، ہم اس کی آزمائش کرتے

چاہتے تھے پس ہم نے اسے سننے والا دیکھنے والا بنادیا۔

(الانسان / الدھر 2)

صرف زمینی حرکت سے آدمی کبھی انسان نہ بن سکتا تھا اس لئے اللہ نے کتابیں اتاریں انبیاء بھیجے۔ یہ نسل انسان کے استاد تھے۔ انہوں نے انسان کو اللہ کی کتابوں سے اچھے برے کی تمیز سکھائی تاکہ انسان کو آزمایا جاسکے کہ کون اچھا ہے اور کون برا ہے۔

یاد رکھنے کی بات ہے کہ معاشرہ وجود میں لانے کی طاقت صرف اور صرف آسمانی مذہب میں ہوتی ہے۔ اگر الہامی مذاہب نہ آتے تو معاشرہ کبھی وجود نہ پاسکتا تھا۔

انسان سوچتا نہیں ہے صرف حرکت stimulus کو جواب دیتا ہے respond کرتا ہے۔ نیال thought ایک مسمودی ہے، یادداشت ہے۔ ذہن میں

خیال کا ہے؟ سوچ کا ہے؟

حیرت

خیالات thoughts کی مخصوص ترتیب یعنی patterns ہوتے ہیں جیسے جوتا ایک محرک stimulus ہے جس کا جواب response پاؤں ہے مگر اس کا ایک pattern ہے جس میں ایسی تمام میموریز memories ایک ہی جگہ محفوظ ہیں جن کا تعلق جوتے اور پاؤں سے ہو سکتا ہے۔ موہنی ہے ٹیبل ہے، بوٹ اور تسمے ہیں، شوپالش اور جوتے بنانے والی کمپنیوں کے اشتہارات ہیں۔ جوتا ٹوٹ جانے کا کوئی واقعہ بھی اسی pattern میں ہے۔ اسی طرح جوتا ٹوٹ جانے پر جس جگہ وقت پر نہ پہنچنے پانے کی وجہ سے ندامت ہوئی تھی اس خیال کا pattern اس جوتے کے خیال کے pattern سے جدا ہے۔

یہ سچ در سچ خیالات کا ایک لامتناہی سلسلہ ہوتا ہے جو یادداشت کی صورت میں ہمارے ذہن میں محفوظ ہوتا ہے۔ ایک عام سے جوتے کا محرک آپ کو خیالوں کے سمندر میں غرق رکھنے کو کافی ہے اور ہمارے ارد گرد ایسے کھریوں محرکات موجود ہیں جو ہمیں ہر وقت مصروف خیال رکھتے ہیں۔

خیال اور شے ہے سوچ اور ہے۔ خیال برق کی طرح ہے، چھوٹا ہے، لپک کر آتا ہے۔ یہ محرک کا جواب ہے اسے خیال thought کہتے ہیں۔ خیال کبھی بھی قائم نہیں رہ سکتا Thought is not self employed at all یہاں تک کہ آپ اسے قبول نہ کر لیں۔۔۔ آپ کے قبول کرتے ہی attend کرتے ہی خیال سوچ میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ اسے سوچنا thinking کہتے ہیں۔

اب آپ یادداشتوں کے سلسلوں میں patterns میں بھٹکنا شروع کر دیے ہیں یہاں تک کہ تصورات images شروع ہو جاتے ہیں اور پھر تصوراتی دنیا of world imagination آبار ہو جاتی ہے۔



Living in fantasy world.

☆☆☆☆☆☆

## جسم اور ذہن کا گٹھ جوڑ

### Alliance of Body & Mind

چونکہ ان دونوں کا ایک دوسرے کے بغیر گزارہ نہیں اس لئے نفس کے یہ دونوں حصے ایک دوسرے کے ساتھ ایک معاہدے contract میں بندھے ہیں اور وہ ہے ایک دوسرے کی خاطر جیتنا اور ایک دوسرے کی ہر حد تک ممکن مدد کرنا۔

انسان کے جسم کو چونکہ صرف اور صرف بھوک اور بھنی پیداوار سے غرض ہے اس لئے یہی اس کی پہلی اور آخری ڈیمانڈ ہے جسے ذہن کو ہر صورت پورا کرنا ہے چاہے اس کے لئے کتنی کڑی قربانی دینی پڑے۔  
اسے کچھ بھی کرنا پڑے۔ نفس کا تیسرا حصہ یعنی sensors اس ساری صورتحال میں غلاموں slaves کا سا کردار ادا کرتے ہیں۔

جسم کی ہر قسم کی بھوک دور کرنے کیلئے ذہن انسان کو چاہے وہ مرد کا ہو یا عورت کا، دنیا داری کے عظیم جال میں خود اپنی مرضی سے پھنسا پڑتا ہے۔ یہ خالق کائنات کا خشاء Will ہے کہ انسان کو آزمایا جائے۔۔۔ اس سے فرار ممکن نہیں اور نہ ہی کسی بھی صورت قابل ستائش ہے۔ ذہن کے لئے سب سے ضروری کام task جسم کو زندہ رکھنا اور اس کی ڈیمانڈز کو ہر وقت پورے کرتا رہنا ہے کیونکہ جسم کی موت ذہن کی ناکامی ہے۔

اس چکر کو چلائے رکھنے کے لئے حواس کا بے دریغ استعمال ہوتا ہے۔ حواس کی مدد سے ذہن ہر وقت ہر طرف سے معلومات data اکٹھی کرتا رہتا ہے تاکہ بچاؤ survival کے زیادہ سے زیادہ طریقوں ideas کا مالک ہو سکے۔

کیونکہ اسے ہر صورت دنیا میں اپنا وجود قائم رکھنا ہے۔ تمام جانداروں میں صرف انسان ایک ایسی مخلوق ہے جسے موت کا مکمل اور بلند ترین شعور ہے۔ یہ خوب جانتا ہے کہ اسے مر جانا ہے۔ موت کا خوف اسے ہر وقت بے چین anxious رکھتا ہے۔ یہ بے چینی جلد بازی کو پیدا کرتی ہے۔۔۔ انسان مرنے سے پہلے کچھ کرنا چاہتا ہے۔۔۔ کچھ بھی!

وَتَخَانَ الْاِنْسَانُ عَجُولًا

اور انسان جلد باز ہے

(الاسراء 11)

ذہن کی اولین جبلت عدم تحفظ insecurity کا احساس ہے۔ یہ ہر سانس کے ساتھ خود کو محفوظ secure کرنے کی کوششوں میں مصروف ہے۔ نفس کو خدا سے کوئی غرض نہیں ہے۔ اسے اللہ کے ہاں پلٹنے سے کوئی دلچسپی نہیں ہے۔ یہ خدا سے بھاگتا ہے، بیزار ہے اور خوف کھاتا ہے کیونکہ یہ دنیا میں رہنے کے لئے بنا ہے۔ اسے اپنے آپ سے ہمیشہ ہمدردی sympathy ہے۔ جسم اس کا محکوم ہے اور یہ ایسا سفاک حاکم ہے جسے اپنے محکوم سے بے پناہ ہمدردی ہے لیکن یہ کسی صورت اسے آزاد کرنے کو تیار نہیں۔

واضح رہے نفس کے بارے میں جتنی بھی بات یہاں ہو رہی ہے اس کا ہرگز یہ مطلب نہیں کہ دنیا چھوڑ کر الگ ہو کر بیٹھ جانا چاہئے۔ اسلام میں کوئی رہبانیت نہیں اور اللہ پاکل شخص کو پناہ نہیں کرتا۔ یہ ایک اہل حقیقت ہے کہ ہمیں اس دنیا میں اسی وجود اور ذہن کے ساتھ جینا ہے خیالات سے مکمل نجات بھی ممکن نہیں ہے۔

شیخ الاسلام برکاتی مع اللہ تعالیٰ ہیں۔

نفس کی وجہ سے گویا کوئی شکل طور پر جان لینے کا دعویٰ صرف اور صرف وہی ملتا ہے جو جان لینا ہے تو اس شے کی اہمیت، طاقت اور حیثیت اس کی نظروں میں ہمیشہ کیلئے ختم ہو جاتی ہے۔

نفس کا علم حاصل کر لینے کے بعد ذہن آہستہ آہستہ نفس کی قید سے آزاد ہو جانے کو ممکن سمجھنے لگتا ہے۔ وہ جان لیتا ہے کہ وہ صرف نفس نہیں ہے۔ جیسے جیسے آپ اس کتاب میں آگے بڑھتے چلے جائیں گے ویسے ویسے آپ پر آپ کے نفس کے افعال، کمالات، اسرار اور کردار عیاں ہوتے چلے جائیں گے۔ یہ آپ کے ذہن کیلئے نئی معلومات ہیں۔

یہ نیا ڈیٹا ہے۔۔۔ اس سے آگاہ ہو جانے کے بعد ذہن میں اس کے نصب install ہو جانے کے بعد آپ کی اہمیت آپ کی اپنی نظروں میں تبدیل ہو کر شروع ہو جائے گی۔

آپ کے اور آپ کے نفس کے درمیان ایک فاصلہ پیدا ہو جائے گا۔ ہمیں نفس کا اندام بننے کے بجائے نفس کو اپنا اندام بنانا ہے۔

یہ فاصلہ پیدا ہو جانے سے آپ خود کو خود سے الگ ہو کر دیکھنے کے قابل ہوں گے تو آپ کے اندر نفسیاتی ارتقاء "psychological evolution" کا آغاز ہو جائے گا۔ آپ جسے "میں" سمجھتے چلے آئے ہیں آپ کو صاف نظر آنے لگے گا بہت بڑا دھوکہ ہے۔ خود ساختہ مسائل، نفس سے لاطمی کی وجہ سے پیدا ہونے والی نفسیاتی الجھنیں، دکھ درد اور کرب، حسد، خصبہ، نفرت اور انتقام، حد سے زیادہ آگے بڑھنے کی سبب آئیں، اس بات کا بے کراں دکھ کہ آپ کو کوئی نہیں سمجھتا نہ ہی کوئی جانتا ہے کہ آپ کیا چاہتے ہیں۔

سب کچھ تحلیل ہونے لگے گا اور دھیرے دھیرے پردے کے پیچھے سے ایک باوقار، سلجھا ہوا، اللہ کی رضا میں راضی اور اس کی دوستی کے مزاج میں گنہگار ہوا ساری دنیا کیلئے سرتاپا محبت ایک نیا انسان نمودار ہونے لگے گا۔



## تکرار کا لامتناہی چکر

### Vicious Loop of Repetition

سب سے پہلے ہمیں یہ دیکھنا ہوگا کہ اصل مسئلہ ہے کیا؟ ہم زندگی میں کیا کرنا چاہ رہے ہیں؟  
 وہ کون سا سوال ہے جو سب سے بڑا ہے اور جسے زندگی میں حل کرنا سب سے زیادہ ضروری  
 ہے؟ کہیں ایسا تو نہیں کہ ہماری زندگی میں سرے سے کوئی مسئلہ ہے ہی نہیں؟ کہیں یہ بات تو  
 نہیں کہ سارے مسائل ہمارے خود ساختہ ہیں؟

بچپن میں انسان کا کوئی مسئلہ نہیں ہوتا پھر آہستہ آہستہ اسے چھوٹے چھوٹے مسائل سے  
 روشناس کروایا جاتا ہے۔ ماں کے دودھ کے بعد باجھ سے کھانا کھلا کر اسے کھانے کی  
 کوشش کی جاتی ہے کہ اس کا مسئلہ یہ ہے کہ اسے خود کھانا سیکھنا ہے۔ پھر کپڑے پہننے کو  
 مسئلے کے طور پر اجاگر کیا جاتا ہے اسی طرح بتدریج اسے حروف تہجی اور گنتی جیسے مسائل  
 کے سامنے کھڑا کر کے انہیں حل کرنے کا طریقہ کار بتایا جاتا ہے۔

اس طرحہ کار کی بنیاد صرف ایک ہے "تکرار اور ہرانا" repetition۔ اسے پر یکٹس کروائی  
 جاتی ہے۔ بار بار ایک ہی کام کو دہرا کر جو مہارت حاصل ہوتی ہے اسے مسئلے کے حل کے طور  
 پر دکھایا جاتا ہے۔

as necessary evil یہ تو ضروری شیطان نہیں ہے ہرگز اعتنا نہیں ہے اس سارے سلسلے سے ہرگز اعتنا نہیں ہے۔ ہم ساری عمر اسی تربیت کے مطابق زندگی گزارنے کی سر جو دکوشش کرتے ہیں۔ یہی ہماری زندگی کا بنیادی فارمولا ہوتا ہے۔ اپنی آج تک کی زندگی پر نظر دوڑائیں، غور کریں، تجزیہ کریں۔

آپ دیکھیں گے زندگی میں پیش آنے والے روزمرہ واقعات کو ہمارا ذہن مسائل کے طور پر لیتا ہے اور ہم ساری زندگی ان مسائل کو تکرار repeat کے فارمولے کے تحت حل کرنے میں صرف کرتے ہیں۔ اپنے معمولات کا جائزہ لیں۔ روز صبح اٹھنے، دانت صاف کرنے، ناشتہ کرنے، اپنے کام پر جانے سے شام کو گھر واپس آ کر رات کو سونے تک کے تمام معمولات کو دیکھیں۔ آپ ہر شے ہر عمل تکرار repeat کی صورت میں کر رہے ہیں۔ یہ ہمارے ذہن کی پروگرامنگ ہے۔

ہم اپنی ساری زندگی کو ایک مسئلے کی طرح دیکھنے کے عادی ہیں۔ اور ان مسائل کا حل نکالنے کے لئے ہمارے پاس جو سب سے آخری اوزار tool بنتا ہے جس پر سب متفق ہیں وہ عقل intellect ہے۔ تکرار کے ساتھ ساتھ ہم ہر مسئلے کے حل کیلئے اپنی عقل کو استعمال کرتے ہیں کیونکہ اس کے سوا انسان کے پاس اور کوئی ذریعہ نہیں جس سے وہ اپنی زندگی کو آگے بڑھا سکے۔

ایک طویل مدت زندگی گزارنے کے بعد ہمیں احساس ہوتا ہے کہ ہم اپنی زندگی کو جس سمت لے جانا چاہتے تھے وہ اس کے بالکل برعکس چلی ہے۔ ہم نے اپنے آپ کو عقل کے اندھا دھند استعمال سے آج جہاں لا کھڑا کیا ہے وہ ہمارے لئے مقام عبرت ہے۔ آپ آج جہاں ہیں، جو ہیں اور جس حالت میں ہیں کیا آپ یہی کرنا چاہتے تھے؟ کیا آپ کے تمام منصوبے کامیاب رہے؟ خود سے یہ سوال پوچھیں اور اس کا جواب ڈھونڈیں۔

جب ہم یہ دیکھ لیتے ہیں کہ ہماری عقل اگرچہ ہر آنے والے نئے دن پہلے سے بہتر اور تیز تر ہوتی جا رہی ہے کیونکہ اصول عقل کا یہ ہے کہ اس کا استعمال اسے بڑھاتا ہے لیکن ہمیں ایک مدت کے بعد یہ احساس ہونے لگتا ہے کہ اس قدر بہتر اور تیز تر ہوتی ہوئی عقل کے باوجود معاملات دیے بالکل نہیں چل رہے جیسے ہم چلانا چاہتے ہیں۔

جب بھی ہم کسی مسئلے کو حل کرتے ہیں وہ خود تو حل ہو جاتا ہے مگر مزید بہت سے نئے مسائل اور نتائج کی شکل میں اپنے بے شمار انڈے بچے دے جاتا ہے۔ یہ وہ وقت ہے جب ڈپریشن حملہ آور ہوتا ہے۔ اعصاب اور ذہن دباؤ کا شکار ہونے لگتے ہیں۔ اور ہم اپنی صاف دکھائی دیتی ناکام زندگی سے گھبرا کر کسی نئی پناہ گاہ کی تلاش میں نکل کھڑے ہوتے ہیں۔

کوئی بابا، کوئی جبر، کوئی مذہبی شخصیت، کوئی روحانی عامل جو ہمیں فارمولا formula بتاتا ہے، ایک نیا میٹھڈ method بتاتا ہے۔ پھر تسبیحات نقل آتی ہیں، ذکر اذکار شروع ہو جاتے ہیں، وظائف کا دور دورا ہوتا ہے، نیت کی جاتی ہے، نمازوں کو پورا کرنے کا اہتمام ہوتا ہے اور دینی مجالس و محافل سجائی جاتی ہیں۔

یہ سب بالکل ٹھیک ہے اس سے ہرگز کوئی اختلاف نہیں بلکہ درست طریقے اور اعلیٰ عقل و فہم سے ان میٹھڈز کا استعمال انسان کو بہت بڑی بلندیوں تک لے جاسکتا ہے لیکن بات کے کچھ ایسے زاویے بھی ہیں جو ہماری نگاہوں سے اوچھل رہے جاتے ہیں۔

کہیں ایسا تو نہیں کہ ہم نے صرف زندگی کے ہر لمحہ بڑھتے ہوئے دباؤ سے بچنے کی کوشش میں تکرار repetition کے ایک اور لامتناہی سلسلے کو اپنی زندگی میں داخل کر لیا ہو؟ کہیں ایسا تو نہیں کہ ہم اپنی عقل جو کہ اپنی اصل میں ہمارا نفس ہے اس کو ٹھیک کرنے کی بجائے مزید فارموں کے اور میٹھڈز کی طرف چل پڑے ہوں؟



ایسی صورت حال میں یہ سب لا حاصل ہے۔ ہم اپنے خالق کو فریب dodge نہیں دے سکتے۔ وہ جانتا ہے کہ یہ وہی آدمی ہے، وہی اس کی نفسانی خواہشات ہیں۔ وہی روٹھتا ہے۔۔۔ صرف اداکار نے ایک اور تیار روپ دھار لیا ہے۔ یہ مزید وقت حاصل کرنے کی کوشش کے سوا buying time کے سوا کچھ بھی نہیں ہوتا۔

صرف اور صرف کسی میٹھڑ یا کسی فارمولے سے نفس self کبھی اطاعت surrender نہیں کرتا۔۔۔ اگر اللہ کسی کی آنکھ اس کے اپنے اوپر کھول دے تو وہ دیکھتا ہے کہ یہ عقل بے شک بڑی شے ہے لیکن یہ ناقص حالت میں immaturity میں کسی بھی صورت میں رہنمائی کرنے کے قابل نہیں کیونکہ یہ محدود عقل ہے۔ اس سے میں جس بھی مسئلے کو ٹھیک کرنے کی کوشش کروں گا وہ مزید الجھنیں چھوڑ جائے گا۔ ہر آنے والے دن کے ساتھ یہ ٹھکڑا میرے گرد کستا ہی چلا جائے گا۔

انسان جب یہ جان لیتا ہے کہ عقل آخری ہتھیار ہے آخری اوزار ہے اس کے علاوہ اس کے پاس اور کچھ نہیں تو اسے احساس ہوتا ہے کہ یہ سب تو جال ہے جس سے وہ خود کبھی باہر نہیں نکل سکتا۔۔۔ اپنی چالاکی سے ہرگز نجات نہیں پاسکتا۔۔۔ جس لمحے یہ احساس پیدا ہوتا ہے۔۔۔ انسان کی طلب، اس کی ہر لحظہ بے چین ہوئی ڈیمانڈ پر سکون ہو جاتی ہے calm down ہو جاتی ہے۔۔۔ سلب ہو جاتی ہے seized ہو جاتی ہے۔

یہیں سے ذہن انسان پر نئے درجے وا ہونے لگتے ہیں۔ صبر عطا ہوتا ہے، شکر عطا ہوتا ہے، تقویٰ بھی اس مقام کی عطا ہے اور توکل بھی۔ پھر تسبیح ہے، ذکر ہے، نماز ہے، قرآن ہے، اللہ ہے، اللہ کا رسول ہے اور ایک مسلمان ہے جو مومن بننے کے سفر پر رواں گئی کیلئے تیار ہے۔ ایمان اس کا استقبال کر رہا ہے۔ تکرار repetition کے بغیر گزارہ نہیں ہے لیکن اندھے کی زندگی اور ہے آنکھ والے کی اور ہے۔

آنکھ والے نے اطاعت کر لی ہے surrender کر دیا ہے سر جھکا کر اطاعت کر لی ہے  
مگر اندھا صرف اندھیرے میں زندہ ہے حادثاتی انسان accidental being ہے۔  
نفس کی پہچان کے بغیر بات نہیں بنتی کوئی کتابی زور لگائے کیسا ہی زہد کر لے۔۔۔ نفس کے  
علم کو جب تک لے نہیں لیتا تب تک پردہ اٹھانا راز ہستی کو سمجھ جانا کسی صورت ممکن نہیں۔ اللہ  
کے سب سے بڑے دشمن کو صرف اسی صورت شکست دی جاسکتی ہے جب اس سے لڑنے  
والا صاف صاف اسے دیکھ کر جان نہ لے کہ آخر وہ کس سے لڑ رہا ہے۔ اس کی جنگ کس  
کے ساتھ چل رہی ہے۔۔۔ یہ جنگ اپنے آپ سے لڑی جاتی ہے۔  
اپنی پہچان کے بغیر کوئی کیسے خود سے لڑ سکتا ہے؟  
خود کو جاننے کا سفر جاری ہے۔۔۔

☆☆☆☆☆☆

یادداشت کیا ہے اور کیسے کام کرتی ہے؟

## What Is Memory and How Does It Work?

ہمارے ذہن میں یادداشت memory کے بننے کا عمل انتہائی حیرت انگیز اور بے حد دلچسپ ہے۔ اس پر ایک گہری نظر نہ ڈالنا نا انصافی ہوگی۔

ہمارا دماغ ایک ریکارڈنگ ڈیوائس کے طور پر بھی کام کرتا ہے۔ اسے Recording Process of Mind بھی کہہ سکتے ہیں طبی اصطلاح میں اسے cognitive process کہا جاتا ہے۔ ویسے تو یہ بہت ہی پیچیدہ عمل ہے مگر موضوع کے اعتبار سے مطلب کی بات یہ ہے کہ ہمارا ذہن حواس خمسہ سے ملتی والی ایک ایک خبر کو، ہر ایک احساس ہر جذبے کو ریکارڈ کر رہا ہے محفوظ کر رہا ہے اور ان احساسات و جذبات کو معلومات data میں تبدیل کر رہا ہے۔

یہ بے حد تیز رفتار عمل ہے کہ ہمیں اس کا احساس تک نہیں ہوتا کہ سب محفوظ کیا جا رہا ہے۔ سارا دن جو مشاہدات حاصل ہوتے ہیں خواہ وہ دیکھنے سے ہوں، چکھنے سے تعلق رکھتے ہوں، سونگھنے سے عمل میں آئیں، جو کچھ دیکھا سنا ہوا اور جو بھی محسوس کیا ہو وہ عارضی

یادداشت کیا ہے اور کیسے کام کرتی ہے؟

یادداشت short term memory کی شکل میں محفوظ کیا جاتا ہے اور رات کو نیند کے دوران غیر ضروری یادیں memories ختم delete کر دی جاتی ہیں تاکہ دماغ پر بوجھ نہ پڑے۔ اس کے علاوہ جاگنے کے دوران بھی محفوظ کرنے اور بھولنے کا عمل تیزی سے جاری رہتا ہے۔

مثلاً ایک دکاندار گاہکوں کو نمٹاتے ہوئے یہ بھی یاد نہیں رکھ سکتا کہ اس نے پچھلے تیسرے یا چوتھے گاہک سے کتنے پیسے لئے اور بلکا یا کتنے دیئے۔ اگر یہ غیر ضروری ڈیٹا ختم delete نہ ہو رہا ہو تو آدمی کچھ سی گھنٹوں میں حواس کھو بیٹھے۔

جو واقعہ یادداشت کا حصہ بن جاتا ہے اس کی ریکارڈنگ کا طریقہ کار بہت ہی مختلف ہے۔ اسے طویل مدتی یادداشت long term memory کہتے ہیں۔ طویل مدتی یادداشت دماغ میں تب محفوظ ہوتی ہے جب احساس emotion اس خیال سے جڑ جائے connect ہو جائے جو ذہن میں حواس کے ذریعے آیا ہے۔

جیسے ہی خیال جذبے سے احساس سے ملتا ہے یاد memory کے طور پر یادداشت کے خانے میں memory cell میں برسٹ burst ہو جاتا ہے اور ہمیشہ کیلئے محفوظ save ہو جاتا ہے۔ اسے ایسے سمجھیں۔۔۔

اگر آپ دیکھیں کہ سڑک پر کسی بچے کو چوٹ لگی تو یہ واقعہ چونکہ آپ کے جذبات سے نہیں جڑ پایا کیونکہ وہ آپ کا بچہ نہیں ہے اس لیے عارضی یادداشت بنے گی اور نتیجتاً آپ اسے کچھ عرصہ کے بعد بھول جائیں گے لیکن غواٹو استا اگر یہی چوٹ آپ کے بچے کو لگے تو چشم زدن میں یہ منظر جذبات سے مل کر میموری سیل میں برسٹ ہو جائے گا اور ہمیشہ کیلئے آپ کی یادداشت کا حصہ بن جائے گا۔

آپ اس منظر کو بھی ایک مخصوص مدت کے بعد بھول جائیں گے لیکن اچانک طویل مدت

## دل احساس اور توانائی

### Heart, Emotion and Energy

انسان ایک مخلوق ہے اسے اس کے خالق نے پیدا کیا ہے۔ یہ ایک مشین ہے، ایک روبات ہے اور اس کا ایک تخلیق کار designer ہے۔

جب وہ اسے پیدا کر چکا تو اس خالق creator نے اس کے اندر اپنی روح کو پھونک دیا اور اس بے جان وجود کو تنفس کر دیا۔۔۔ یہ مشین یہ روبات زندہ ہو گیا alive ہو گیا۔ اس وجود میں بجلی energy دوڑ گئی۔۔۔

ذٰلِكَ عَالِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ الْعَزِيزُ الرَّحِيمُ ۝ الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنْسَانِ مِنْ طِينٍ ۝ ثُمَّ جَعَلَ نَسْلَهُ مِنْ سُلَالَةٍ مِّنْ مَّاءٍ مَّهِينٍ ۝ ثُمَّ سَوَّاهُ وَنَفَخَ فِيهِ مِنْ رُّوحِهِ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ ۝

جس نے جو چیز بنائی خوب بنائی، اور انسان کی پیدائش مٹی سے شروع کی۔ پھر اس کی اولاد نچڑے ہوئے حقیر پانی سے بنائی۔ پھر اس کے اعضاء درست کیے اور اس میں اپنی روح پھونکی

دل احساس اور زندگی  
اور تمہارے لیے کان اور آنکھیں اور دل بنایا تم بہت تھوڑا ٹھکر کرتے ہو۔

(اسجدہ 79)

خود کہنے آیات میں جب تک روح چھوٹنے کا نہیں کہا تب تک اس کہا اور جب روح  
چھوٹک دی مشین چل پڑی انسان زندہ ہوا تو تمہارے اور تم کہا یعنی اب تو میری بات کو سننے  
بجھنے کے قابل ہوا۔ بات کو سمجھتے ہیں۔۔۔

دل جذبات کا مرکز ہے Heart is the center of emotions - جذبات کی  
پیدائش احساسات سے ہوتی ہے یعنی حواس سے sensors سے جذبات پیدا ہوتے  
ہیں۔ حواس احساسات ہیں feelings ہیں اور احساسات جذبیوں emotions کو  
پیدا کرتے ہیں اور جذبات انرجی energy ہیں۔

اپنی نبض پر ہاتھ رکھیں دل ایک پمپنگ سٹیشن pumping station کی طرح کام  
کر رہا ہے آپ زندہ ہیں۔۔۔ انرجی گرم ہوتی ہے اور ہر گرم شے انرجی ہے۔ اپنی نبض کے  
اوپر جلد کو محسوس کریں آپ کا جسم گرم ہے۔ آپ کا ایک درجہ حرارت ہے۔ ہر وہ شے جو باہر  
سے گرم ہوتی ہے اندر سے جل رہی ہوتی ہے حتیٰ کہ انسان بھی۔۔۔  
اس سسٹم کو پورے دھیان سے سمجھنے کی کوشش کریں۔۔۔

دل کو ہر صورت جذبات چاہئیں۔ یہ جذبیوں sensations میں لپٹا ہوا زندہ ہے۔  
اسے دھڑکنے کیلئے صدمہ چاہئے shock چاہئے جھٹکا چاہئے۔ یہ شاک shock  
اسے جذبات دے رہا ہے۔ دل کو رنج و الم، غوشی اداسی، بغض کینہ، نفرت اور محبت، غمی  
اور ہدی، درد خوف اور بے چینی ہر لمحہ چاہئے۔ یہ جذبات سے چلتا ہے emotional  
organ ہے۔ یہ بھیجتا ہے، پھیلتا ہے، سکڑتا ہے اور بڑھتا ہے۔ جذبات اس کا  
ایجنڈا fuel ہیں۔

یادداشت کیا ہے اور کیسے کام کر رہی ہے۔  
 کے بعد کسی بھی واقعے کی وجہ سے آپ کو اپنے بچے کی چوٹ یاد آ کر احساس دلانے کی کر  
 ٹیٹا ٹیٹ نہیں ہوا بلکہ آپ کے دماغ کے خوابیدہ حصے تحت اشہور subconscious  
 میں محفوظ رکھا ہوا ہے۔۔۔ یہ آپ کے حقیقی شعور کا حصہ بن چکا ہے۔ فائل ہو چکا ہے۔۔۔  
 خیال کو یادداشت میں محفوظ ہونے کیلئے ذہنی یادداشت کے خلیات میں جمل  
 جاتا burst ہو جانا ضروری ہے۔ اس برسٹنگ کیلئے اس شعلے کے لئے خیال کو جس بجلی کی  
 جس انرجی کی ضرورت ہوتی ہے وہ نفس اسے جذبات یعنی emotions کی صورت  
 میں میا کرتا ہے۔

اس طرح ہم اپنی زندگی کے تمام اہم اچھے برے واقعات events کو گناہ اور ثواب  
 کے ثبوت evidence کی شکل میں اٹھائے پھر رہے ہیں۔۔۔ کس لئے؟  
 یقیناً روز قیامت پیش آنے والے اپنے مقدمے کی سماعت کیلئے۔۔۔

☆☆☆☆☆☆☆

اللہ! مجھے یاد دلاؤ کہ میں سائل  
 فرما جو بغیر خدا کے نہ ہو سکتا کہ جنت  
 کے عقداں و عقیدے ہیں۔

رب اعلم لیکن یہ شوق آتی ہے اس  
 پر مانتا رہتا ہوں۔

دل میں رہتا ہے

ہمارے جسم میں کسی بھی مشین کی طرح تاریں wires ہیں انہیں رگیں veins کہتے ہیں۔ ایک خون کی تین جن کا کام خون کو جسم میں لے جانا اور واپس لے آنا ہے دوسری تاریں nerves اعصاب کہلاتی ہیں۔ ان کا کام ہڈ بات و احساسات کو دل سے دماغ اور دماغ سے دل تک لانا بھی ہے اور یہی اعصابی رگیں دماغ کو حواس اور جسم کے ساتھ جوڑے ہوئے ہیں۔ یہ بہت سی چیزیں وائٹ ورک ہے۔

اب ان سب کا آپس میں تعلق دیکھتے ہیں۔۔۔

ذہن میں چونکہ ہماری زندگی کا سارا ریکارڈ موجود ہوتا ہے اور سامنے کی بات ہے کہ یہ ریکارڈ اچلی درجے کا نہیں ہوتا۔ بچپن میں کوئی بچے کے پاس بیٹھ کر ماں کو کہتا ہے کہ یہ بالکل اپنے باپ پر کیا ہے۔ ریکارڈنگ ہو رہی ہوتی ہے۔ نفس تکمیل کے مرحلے میں پہلے 9 سے 10 سال تک ہوتا ہے۔

اس لیے مجھ کی

پھر کوئی کہتا ہے کہ بالکل اپنے ماموں کی طرح مجھے کا تیز ہے۔ ریکارڈنگ آن ہے۔۔۔ میں میں جو کہتے ہیں کہ یہ ریکارڈنگ ہے جو کہ روایتی ہی کہہ سکتا ہے۔

یہ کہتے ہیں

ہوتے ہیں شخصیت personality تشکیل پانے لگتی ہے construct ہونے لگتی ہے۔

میرا یہ نام ہے۔ یہ میرے ماں باپ، بہن بھائی رشتے دار ہیں ان میں سے اتنے بھڑا ہوا، اتنے فصیل، اتنے لوگ اچھے ہیں اور اتنے برے، یہ میرا سکول، کالج، یونیورسٹی ہے۔ یہ تعلیم ہے۔ یہ میری بیوی ہے یہ میرے بچے ہیں، یہ ثواب ہے یہ گناہ، یہ میری عزت اور یہ میری بے عزتی ہے۔ مجھے پسند کتنا ہے عزت بنانی ہے گھر بار لینا ہے اور معاشرے میں کامیاب زندگی گزارنی ہے۔ مجھے یہ کرنا ہے اور یہ نہیں کرنا۔ یہ کھیلے نام کرنا ہے اور یہ کھپ کر کرنے والے کام ہیں۔



سب کچھ میں دنیا بتاتی ہے، سکھاتی ہے، پڑھاتی ہے اور پھر انسان کو دوسرے انسانوں کے  
 کھوم میں پھینک دیا جاتا ہے۔ آزمائش شروع ہو جاتی ہے۔ دیکھتے ہیں کیا کرتا ہے کوہ کو  
 جاتا ہے۔۔۔۔۔

نفس کی چونکہ تربیت ہی اس لحاظ سے ہوتی ہے کہ پہلے پیچیدگی میں جائے، الجھن میں جائے،  
 گناہ کو لپکے پھر جب دباؤ پڑے تو اپنی تلاش کو ملتے۔۔۔۔۔ کم تربیت یافتہ immature  
 نفس دن رات اپنی ذات کو سنوارنے میں مصروف رہتا ہے۔ (خود پسند)

اس حالت میں نفس دو حالتوں پر ہوتا ہے۔ یہ ہر وقت ماضی past میں رہتا پسند کرتا ہے۔  
 ماضی کے اچھے اور بُرے واقعات کی ادھیڑ بھین میں ہر لمحہ گمن رہتا ہے۔ ماضی کی بھول بھلیوں  
 سے جب ہوش میں آتا ہے تو پھلانگ لگا کر مستقبل future میں جا گھستا ہے اور ماضی کے  
 اچھے برے واقعات و تجربات کو استعمال کرتے ہوئے حال present میں بیٹھ کر اپنے  
 مستقبل کے خدو خال کو سنوارنے لگتا ہے crafting کرنے لگتا ہے۔ (حال معلوم نہ ہو)

کل مجھے فلاں شخص نے یہ بڑی بات کہی تھی اس وقت تو میں کچھ نہ کر سکا کل ملے گا تو مزہ  
 پچکھاؤں گا ایسا جواب دوں گا کہ مزہ آجائے گا۔۔۔۔۔ یہ کبھی حال میں نہیں رہنا چاہتا حالانکہ  
 جسم حال میں رکھا ہوا ہے۔۔۔۔۔ اپنے حواس sensors کو استعمال کرتے ہوئے  
 ماضی اور مستقبل میں مصروف عمل ذہن مسلسل دل کو جذبات بھیج رہا ہے۔ کبھی خوشی کا جذبہ  
 کبھی غم کا ہے کراں احساس، کبھی نفرت کا سلگتا ہوا پیغام تو کبھی حسد کی آگ کے ملتے  
 ہوئے کوئلے۔

ہزاروں جذبات اس نفس کی جانب سے ہر لمحے دل کو پہنچ رہے ہیں اور دل ان کی آمد و رفت  
 سے کبھی زور سے کبھی آہستہ کبھی جہان میں کبھی دباؤ میں کئی طرح سے دھوک رہا ہے۔ یہ  
 دل کا زنگ ہے یہ اللہ کی یاد سے قہمی دامن ایک دل کی غموں رلا دینے والی سچی داستان ہے

جو ہم سب میں تقریباً ہم سب میں مسلسل لکھی جا رہی ہے۔۔۔ یہ ہر بے قرار دل کی حالت ہے۔۔۔ ایک مردہ ہوتے، جھکتے ہوئے دل کا عالم realm ہے۔۔۔ اس بے قرار دل میں بے چینی اور اس بے پناہ بھجان کے عالم میں جو دھڑکن پیدا ہو رہی ہے وہ صاف نہیں ہے، اطمینان والی نہیں ہے اس دھڑکن سے بیماری پیدا ہو رہی ہے، نفسیاتی امراض لاحق ہیں، جنون ہے، فساد ہے اور لڑائی جھگڑے ہیں۔

اس سے رشتوں کا تقدس پامال ہے۔۔۔ یہ نفسیاتی کی دھڑکن ہے۔۔۔ یہ آپ کی میری اور ہم سب کی دھڑکن ہے۔ یہ ہمارے معاشرے کا زبردہیم ہے۔۔۔ یہ من حیث القوم ہماری ہارٹ بیٹ heart beat ہے۔ بات یہاں تک ہی محدود نہیں رہتی۔۔۔

اس سارے چکر میں ایک نقصان تو من حیث القوم ہو رہا ہے مگر ایک انفرادی نقصان بھی ہے جو سب سے بھیا تک ہے۔ کبھی آپ نے غور کیا کہ جب آپ صبح بیدار ہوتے ہیں تو سب سے پہلے آنکھ کھلنے کے بعد آپ کے ذہن میں آنے والا خیال کونسا ہوتا ہے؟ وہ خیال آج کے سب سے زیادہ ضروری کاموں کا ہے۔۔۔

دانت صاف کرتے ہوئے آپ کیا سوچ رہے ہوتے ہیں؟ ناشتہ کرتے ہوئے اندر کیا کچھڑی پکتی ہے؟ سارا دن لاکھوں کروڑوں محرکات stimulus میں گھرا ہوا انسان اس بات سے بے خبر ہوتا ہے کہ اس کی انرجی کہاں لگ رہی ہے۔ کہاں انویسٹ invest ہو رہی ہے اور کہاں ضائع waste ہو رہی ہے۔

ساری رات نیند کے بعد جو کہ موت ہے اللہ آپ کو دنیا میں واپس بھیج دیتا ہے۔۔۔

وَهُوَ الَّذِي يَتَوَفَّاكُم بِاللَّيْلِ وَيَعْلَمُ مَا جَزَاكُمْ بِالنَّهَارِ ثُمَّ يَبْعَثُكُمْ فِيهِ لِيُقَاسَى أَجَلُ مُسَمًّى ثُمَّ إِلَيْهِ مَرْجِعُكُمْ ثُمَّ يُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ ۝ وَهُوَ الْقَاهِرُ فَوْقَ عِبَادِهِ وَيُرْسِلُ عَلَيْكُمْ حَفَظَةً حَتَّىٰ

إِذَا جَاءَ أَحَدَهُمُ الْمَوْتُ تَوَلَّىٰ سُلْطَانًا وَهْلًا لَا يَقُولُ شَيْءٌ ۚ  
اور وہی ہے جو تمہیں رات کو اپنے قبضے میں لے لیتا ہے اور جو کچھ تم دن میں کر چکے  
ہو وہ جاتا ہے پھر تمہیں دن میں اٹھا دیتا ہے تاکہ وہ وعدہ پورا ہو جو مقرر ہو چکا ہے  
پھر اسی کی طرف تم لوٹے جاؤ گے پھر تمہیں خبر دے گا اس کی جو کچھ تم کرتے تھے۔  
اور وہ اپنے بندوں پر غالب ہے، اور تم پر نگہبان بھیجتا ہے، یہاں تک کہ جب تم  
میں سے کسی کو موت آگنہی ہے تو ہمارے بھیجے ہوئے فرشتے اسے قبضہ میں  
لے لیتے اور وہ ذرا کوتاہی نہیں کرتے۔

(الانعام 60-61)

غید سے اٹھنے کے فوری بعد آپ کی انرجی فل چارج boosted ہوتی ہے۔ دل آرام میں  
ہوتا ہے اور جسم بھی۔ پھر اسی لمحے نفس حرکت میں آ جاتا ہے active ہو جاتا ہے۔ خیال  
سوچوں میں بدلنے لگتے ہیں اور سوچیں تصوراتی منصوبہ سازی میں۔۔۔ یوں سارا دن  
انسان جذبات و احساسات اور خیالات کے چھیڑے کھاتا رہتا ہے جیسے لکڑی کا کوئی ٹکڑا  
گہرے سمندر میں ہو اور سمندر طوفان میں ہو۔۔۔

ہر خیال۔ ہر سوچ اور ہر احساس انرجی کو خرچ رہا ہے burn کر رہا ہے۔ سادہ سی بات ہے  
بیٹری ڈاؤن ہو رہی ہے حتیٰ کہ رات کو تھکا ہارا انسان اپنے بستر پر لیٹ کر اپنے غوطی رشتوں  
بیوی بچوں سے منہ پرے کر کے کہیں کھوجانا چاہتا ہے۔۔۔

اتنی صحت کس بات کی ہے؟ اچانک انہوں سے اتنی بیزاری کیوں ہو رہی ہے؟ مت دھیر کر  
آنکھیں بند کر کے یہ انسان کہاں جانا چاہ رہا ہے؟ کہیں ایسا تو نہیں کہ یہ مر رہا ہے؟ کہیں یہ  
تھک کر ہار کر تو نہیں پڑا؟ نفس موت سے ڈرتا ہے اور سوچتا ہے کہ صبح اٹھ جاؤں گا۔ حیرت  
انرجی مانگتا ہے، اپنی عارضی دنیا کو بنانے سنوارنے کیلئے ایک چھوٹا سا مصنوعی خدا اپنے

اصل رب سے انہی مانگ رہا ہے۔۔۔ اگر خالق کی مرضی ہوئی تو ایک دن اور مل جائے گا، کل کا دن، ایک اور اذہار کی خدائی کا دن۔۔۔ مانگا ہوا دن۔۔۔ دیا ہوا دن۔۔۔

انسان اشرف المخلوقات ہے اگر اس کی آزمائش نہ ہو، اگر اتنا بڑا جال نہ پھینکا جائے تو یہ اتنی

عظیم انہی رکھتا ہے اس قدر بھلیاں اس میں بھری ہیں کہ یہ زمین پر ایک لمحہ رکنا گوارہ نہ کرے۔۔۔ یہ اس کا گھر نہیں ہے۔۔۔ اس کا گھر تو آسمانوں میں ہے۔۔۔ یہاں تو یہ قید، بندگی، سزا ہے۔۔۔  
 نفس کی تخلیق کا مقصد انسان کی آزمائش ہے۔۔۔  
 سارا دن نفس کا پورا زور اس انہی کو ختم کرنے میں لگتا ہے جو رات کو انسان کو عطا ہوتی ہے

اور دل سے لمحہ پہ لمحہ دھڑکن پہ دھڑکن تقسیم ہوتی ہے۔ اسی انہی سے انسان دیکھتا، سونگتا، پکھتا، سنتا اور محسوس کرتا ہے۔ اسی انہی سے علم کو حرکت ہے۔ یہی انہی زندگی ہے۔ اسی انہی کی کمی یا ضیاع سے الجھن، غصہ، دباؤ، بیماری اور بے لگنی، غم و الم پیدا ہوتے ہیں۔ یہ خالق کی تخلیق ہے یہ creation ہے جو ہر لمحہ جاری و ساری ہے۔

اسی کو پہچانا ہے۔ اسی سے وہ نظر آتا ہے جو بے مگر دکھائی نہیں دیتا۔۔۔ اسی انہی کے بڑھ جانے سے انسان "احسن تقویٰ" ہوتا ہے اور اسی کی کمی سے "اسفل السافلین" ہو جاتا ہے۔۔۔ اسی سے انسان حیوان بنتا ہے اور یہی حیوان کو انسان بناتی ہے۔

یہی راز ہے۔۔۔ یہ وہ پہلا دروازہ ہے جس سے معرفت کی دنیا میں دکھائی دیتی ہیں۔ یہی تقریر ہے اور یہی تدبیر ہے، یہ بجلی ہے، نور ہے، یہ اللہ کا امر ہے، رسائی ہے اور یہی پردہ ہے۔ اسی سے وہ علم عطا ہوتا ہے جو کتابوں میں نہیں ہے۔۔۔ اسی سے وہ عقل عطا ہوتی ہے جس کی قسمت میں حضوری ہے۔

جب یہ انہی درست استعمال ہونے لگتی ہے۔۔۔ گناہوں میں، بڑے احساسات میں اور قہج جذبات میں اس کا استحصال ختم ہوتا ہے تو پھر یہ بڑھتی ہے، چمکتی ہے، آنکھوں کو تیز

کرتی ہے اور ساتوں کو لا محدود کر دیتی ہے۔ پھر علم کا، اصل علم کا نزول شروع ہوتا ہے۔  
 کسی بھی علم کی اصل اس علم کا عرفان ہوتا ہے۔ عرفان اترتا ہے۔۔۔۔۔ یہ ہدایت ہے۔۔۔۔۔  
 یہ زمین سے نہیں ملتا۔۔۔۔۔ یہ آسمانوں سے براہ راست ہندے کے دل پر اترتا ہوا  
 ہے۔۔۔۔۔ download کیا جاتا ہے۔

پھر رہتے بھائے جاتے ہیں۔۔۔۔۔ رکاوٹیں ہٹائی جاتی ہیں۔۔۔۔۔ اعلیٰ شعور تک رسائی دی  
 جاتی ہے۔۔۔۔۔ اس انرجی کو بچانے کیلئے جہاد کرنا پڑتا ہے۔ اپنے نفس سے جہاد کرنا پڑتا  
 ہے کیونکہ یہ نفس چور ہے یہ لٹیرا ہے اس نور کا۔۔۔۔۔ ہم جہاد نفس کا علم پڑھ رہے ہیں۔ اللہ  
 میرے قلم کو اور آپ کے ذہن و دل کو توفیق بخشے۔ سمجھ عطا فرمائے۔ آمین

علمی کارن دنیا آتے آدن ہے انساناں  
 سمجھے علم وجود اپنے نوں تنیں تاں وانگ حیواناں  
 (میاں محمد بخشؒ)

☆☆☆☆☆☆

## کردارِ نفس

### Character of the Self

نفس کے دو کردار ہیں۔ پہلا امارہ active self اور دوسرا لوامہ guilty self -  
 امارہ حرکت دیتا ہے، حکم لگاتا ہے، تجویز کرتا اور رغبت دلا کر کسی بھی کام کو کر گزرنے  
 پر آمادہ convinced کرتا ہے۔ اچھا اُسب کام جسم انسان سے نفس امارہ ہی لیتا ہے۔  
 جب امارہ وہ کر گزرتا ہے جو اسے کر گزرتا ہوتا ہے تو لوامہ حرکت میں آتا ہے۔ اس کا کام  
 تضاد پیدا کرنا ہے، کنفیوژ کرنا ہے۔ یہ ملامت کرتا ہے۔ عمل تو بہت دور کی بات ہے ہر سوچ  
 ہر خیال امارہ اور لوامہ سے گزرتا ہے۔ چھوٹے سے چھوٹے کام اور سوچ میں بھی تضاد  
 conflict پایا جائے گا۔

درحقیقت اس تضاد میں چناؤ کی آزمائش choice چھپی ہوئی ہے۔ کسی بھی بُری نیت کے  
 ذہن میں آتے ہی لوامہ اس کی مخالفت شروع کر دیتا ہے اور امارہ اس کی ترغیب  
 temptation میں مصروف ہو جاتا ہے۔ دونوں کرداروں میں سے جو بھی حاوی  
 ہو جائے اسی کے بموجب نتیجہ نمودار ہو جاتا ہے۔ فیصلہ سازی میں ہار جانے والا کردار نتیجہ  
 برآمد ہو جانے کے بعد بے پناہ طاقت ور ہو جاتا ہے اور شدید انتقام لیتا ہے۔ جسے

لہارہ کی ترفیپ کے ذریعہ اثر جرم سرزد ہو جانے کے بعد مجرم کے اندر لوازمہ شدید احساسِ جرم پیدا کرتا ہے جسے شرمندگی، ملامت اور افسوس کے نام سے جانا جاتا ہے۔ جیسے جیسے نفس کے سامنے اعلیٰ افکار و خیالات کا ظہور ہوتا شروع ہوتا ہے اور تربیت اپنا اثر دکھانے لگتی ہے تو ایک تیسرا کردار پیدا ہونے لگتا ہے یہ استہزاء ہے teasing self نفس۔

یہ خود پر طنز کرنے، اپنے آپ پر ہنسے اور عزت نفس self respect (جو کہ ایک بہت بڑا جھوٹ ہے) کو تنقیدی نظر سے دیکھنے کی بے پناہ صلاحیت کا حامل ہوتا ہے۔ اس کی رہنمائی اچانک نہیں بلکہ بہت دھیرے دھیرے غیر محسوس انداز سے ہوتی ہے۔ اس کی پیداوار نفس کے علم سے ہوتی ہے بسا اوقات نگلی cynical لوگوں میں بھی اس کا ظہور دیکھا جاتا ہے۔

تربیت یافتہ ہونے اور اعلیٰ خصائل کا مالک بن جانے کے بعد نفس کا چوتھا کردار سامنے آتا ہے جسے نفس مطمئنہ کہا جاتا ہے۔ یہ satisfied self ہے۔ اس میں اضطراب نہیں یہ بندہ مومن کا نفس ہے۔ یہ نفس کا اعلیٰ ترین اور انتہائی تعلیم یافتہ کردار ہے۔ اللہ کی مدد کے بغیر اور حضور اکرم کی محبت کی عدم موجودگی میں اس کا وجود پا جانا ناممکنات میں سے ہے۔ اللہ اور رسول کے بغیر زیادہ سے زیادہ استہزاء ہے نفس teasing self ہی پیدا ہو سکتا ہے جو نشہ کرنے والوں drug addicts، نگلی لوگوں cynics میں ویسے ہی موجود ہوتا ہے۔

☆☆☆☆☆☆

## جہلیاتِ نفس

### Instincts of the Self

نفس انسان کی ہزاروں جبلتیں، خصالتیں ہیں۔ ان سب کی پہچان کسی  
کے بس کی بات نہیں۔ پھر بھی ان سے تعارف بے پناہ فائدہ  
سے ہرگز محروم نہ ہوگا۔



(مشریعت براسل کی تکلیف)

## تکلیف کا راز

### The Secret of Pain

انسانی نفس تکلیف سے بہت خائف ہے۔ کبھی تکلیف کو پسند نہیں کرتا اس سے بھاگتا ہے۔ غیر تربیت یافتہ نفس خود نہیں جانتا کہ تکلیف کوئی باہری آفت نہیں جس سے دوڑنا چاہئے بلکہ یہ تو اس کی اپنی جبلت ہے۔

تکلیف pain ایک حفاظتی نظام ہے جو نفس میں نصب installed ہے۔ تکلیف ایک preservative ہے۔ جیسے دوائی کی پیکنگ میں ایک پڑ یا ہوتی ہے جو دوائی کو خراب ہونے سے بچاتی ہے اسے preservative کہتے ہیں اسی طرح یہ تکلیف ہے جو انسان کے جسم اور نفس کو اس دنیا میں محفوظ رکھے ہوئے ہے۔ تکلیف سے زندگی اس سارے پر برقرار ہے اور خاص طور پر انسان کی زمین پر تمام جانداروں پر بلا شرکت غیرے عکرائی میں اس کے شعور میں تکلیف کے علم کا بہت بڑا کردار ہے۔ تکلیف کا یہ علم دوسرے تمام جانداروں میں موجود تو ضرور ہے لیکن محدود ہے، عارضی ہے اور زیادہ تر صرف فوری رد عمل اور احساس کی صورت ظہور پذیر ہوتا ہے۔ اگر تکلیف کا وجود جانداروں میں نہ رکھا جاتا تو کوئی ذی روح اس سارے پر جینے کے فن سے آشناء ہو پاتا۔

دوسرے جانداروں کی قسمت کی حتم غلطی کہہ لیجئے کہ ان کی یادداشت شارٹ ٹرم ہے۔ وہ تکلیف سے ملنے والا بیشتر ڈیٹا زیادہ دیر تک محفوظ رکھنے کے قابل نہیں ہیں ورنہ دنیا پر حکومت کرنا تو دور کی بات گلدھے پر سوار ہو جانا ہی بہت بڑی کرامت کہلاتی۔

تکلیف کا علم اس کی باخبری awareness ایک مخصوص تناؤ stress پیدا کرتی ہے جس کی وجہ سے انسان اپنی زندگی کی حفاظت کرنے پر قائل convince ہوتا ہے۔ تکلیف کا کل علم اس کے احساس کا گہرا شعور deep awareness ہے۔

بازار میں کسی رش والی سڑک پر چلتے ہوئے لوگوں کا مشاہدہ کریں تو بھیہ کھلتا ہے کہ ہر آدمی سڑک پر کس قدر تناؤ میں چلتا ہے۔ ذرا کسی کے پاؤں پر کسی دوسرے کا پاؤں آجائے، کسی کی موٹر سائیکل کسی کے گھٹنوں سے ٹکرا جائے۔ آپ کو ہل بھر میں دونوں فریقین کے چہرے کا رنگ بدلتا دکھائی دے گا۔

اگر انسان کو حادثے کے نتیجے میں تکلیف کے آنکھنے کا ذرہ نہ ہوتا تو راستے جتنا ناممکن تھے اور نہ ہی کوئی سفر تھا نہ کوئی ہسپتال نہ کوئی ڈاکٹر اور نہ کوئی مریض۔ بڑی سے بڑی بیماری کا آپریشن محض ایک چاقو سے کیا جاسکتا تھا۔ لوگ فیشن کے طور پر اپنی آنتیں پیٹ سے نکال کر گھلے میں منظر کی طرح دکھائے بازاروں میں گھوما کرتے۔۔۔

کبھی آپ نے سوچا کہ ہم بال کیوں کنواٹے ہیں؟ کیا اس لئے کہ سب کنواٹے ہیں؟ یا پھر اس کی اصل وجہ یہ ہے کہ بالوں میں تکلیف کا کوئی احساس نہیں ہے اسی لئے ان کی تراش غراش ممکن ہوتی ہے۔۔۔ یہی معاملہ نائٹوں کے پہلے حصے کا بھی ہے۔

یہ تکلیف ہے جس کے آجانے کے ڈر سے ہم خود کو حادثات سے بھری اس دنیا میں سنبھالے بھرتے ہیں۔ یہ ایسے ہی ہے جیسے پتھروں کی بارش میں کانچ کا انسان خود کو نوٹنے سے بچانے کی کوششوں میں دیوانہ وار مصروف ہے۔ ایسا کرنے سے وہ کچھ دیر

بچنے میں تو کامیاب ہو سکتا ہے مگر تکلیف کو دفن کر دینا اس کے لئے بھی ممکن نہیں ہے کیونکہ تکلیف موت کا لباس ہے۔ موت تکلیف کے لباس سے میں بچھی ہوئی ہمارے ارد گرد منڈلا رہی ہے۔

تنبہائی میں اپنا جائزہ لیں کہ کسی تکلیف کے آجانے پر آپ اس کا سامنا کیسے کرتے ہیں؟ How do you attend your pain?۔ کچھ ایسے لوگ ہوتے ہیں جو سر میں معمولی سا درد ہوتے ہی ڈاکٹر کو بھاگ نکلتے ہیں۔ یہ اینگریزائی anxiety کا آثار ہوتے ہیں۔ یہ لوگ کسی تکلیف کے محسوس ہوتے ہی اس کا تجربہ کرنے لگتے ہیں۔ لگتا ہے مجھے گردے میں ہتھری ہو گئی ہے، یہ جو تین دن سے سر میں درد ہو رہا ہے کہیں یہ برین ٹیومر ہی نہ ہو، کہیں میں مائیکرین کا مریض تو نہیں بن گیا۔ یہ لوگ بے چین anxious ہوتے ہیں، خوفزدہ ہوتے ہیں۔ ذرا سی تکلیف پر گولیاں پھاٹنے، انجکشن لگوانے اور اسٹریس ہینجنگ کو دس شروع کر دینے والے ہوں یا معمولی تکلیف کو کسی بڑی بیماری کا آغاز سمجھنے والے۔۔۔ یہ سب بے چین anxious ہوتے ہیں۔

ذہن کی عادت ہے کہ وہ ہر واقعے کو بڑا magnify کر کے دکھاتا ہے جس سے جسم میں غیر ضروری پہچان پیدا ہوتا ہے۔ آج کل تو چونکہ ہر انسان کے اعصاب کمزور ہو چکے ہیں اس لئے کسی بھی اچانک خوش آجانے والی تکلیف وہ صورتحال یا حادثے میں انسان کا فوری رد عمل بے پناہ پہچان کی صورت میں سامنے آتا ہے۔

اس پہچان کے نتیجے میں انسان درست فیصلہ کرنے کی اہلیت کھو بیٹھتا ہے۔ سڑک پر کسی کو حادثہ پیش آ جائے اور خدا نخواستہ ٹانگ ٹوٹ جائے اور خون بہنے لگے تو جیسے ہی زخمی کی نظر اپنے زخم پر پڑتی ہے تو ذہن میں خود کار magnification کا عمل شروع ہو جاتا ہے۔ ہائے میری ٹانگ ٹوٹ گئی، میرا خون اتنا زیادہ بہہ رہا ہے، مجھے لگتا ہے میں

مر جاؤں گا، بچ گیا تو کئی مہینے کام پر نہ جاسکوں گا، میرے مالی حالات خراب ہو جائیں گے، میری زندگی تباہ ہو جائے گی، میرے بیوی بچوں کا کیا بنے گا، ہائے میں برباد ہو گیا۔۔۔ انسان کو کیا ٹانگ ٹوٹنے کی بے پناہ تکلیف کافی نہیں کہ اس پر نفسیاتی اذیت اور خوف کا بے پناہ دباؤ بھی اسے جھیلنا پڑ جاتا ہے حالانکہ وہ نہیں جانتا کہ آگے کیا ہوگا؟ وہ زندہ بچ پائے گا یا نہیں؟ اگر زندگی باقی ہے تو پریشانی کی کیا بات ہے اور اگر وقت ختم ہو گیا تو گھبرانے کا کیا فائدہ سبھی کا ختم ہو جاتا ہے اور اگر بچ گیا تو وہ کیسے جانتا ہے کہ اس کی زندگی تباہ ہوگئی؟ ہونا تو یہ چاہئے کہ اب اگر ٹانگ ٹوٹ ہی گئی ہے تو اب اس کا درد ہی بہت ہے۔ اسے صبر سے برداشت کرنا ہی بہت بڑی خوبی ہے اس کے سوا جو بھی خیال آ رہا ہے وہ بھجان پیدا کرنے کیلئے آ رہا ہے۔

جو ہوگا دیکھا جائے گا ہونا تو یہ چاہئے مگر ہوتا اس کے برعکس ہے۔ اس magnification کے ہاتھوں بڑے بڑے مردوں کے حواس بین وقت پر جاتے رہتے ہیں۔ کیا یہ حقیقت نہیں کہ اکثر لوگ سانپ کے کانٹے سے نہیں بلکہ اس کی دہشت سے مر جاتے ہیں۔ کون ہے جو ہمارا دشمن ہے؟ کون ہے جو اتنا خوفزدہ ہے؟ بات بات پر یہ کون ہے جو موت کے خوف سے چونک اٹھتا ہے اور اپنی زندگی کے عدم تحفظ اور بے ثباتی کا ماتم کرنا شروع کر دیتا ہے؟

درد کا سامنا و قار کے ساتھ حوصلے کے ساتھ کرنا چاہئے۔ ہمارے جسم میں تکلیف برداشت کرنے کی بے پناہ صلاحیت ہے اسی صلاحیت سے اپنے دفاعی نظام immune system کو استعمال کرتے ہوئے جسم خود کو ٹھیک کرنے کی زبردست صلاحیت سے قدرتی طور پر مالا مال ہے۔ اپنے جسم کو آزمانا چاہئے، دیکھنا چاہئے کہ درد اور تکلیف کو کہاں تک برداشت کیا جاسکتا ہے۔

علاج ضروری ہے اس سے لاپرواہی ہرگز دانشمندی نہیں اور نہ ہی ایسا مشورہ دیا جا رہا ہے۔  
بات صرف یہ ہے کہ تکلیف درد کی ابتدائی علامات کو برداشت کرنے کا ہنر آنا چاہئے۔ اپنے  
جسم کی بات سنیں Listen to your body۔ اسے سمجھیں۔۔۔۔

یہ بہت بڑا فن ہے یہ بہت بڑی نعمت ہے۔ آپ کا جسم آپ کو خود بتاتا ہے کہ کیا کرنا ہے اس  
کی بات کو سنیں غور سے سنیں۔۔۔۔ یہ آپ کو اپنے بارے میں کچھ بتانا چاہتا ہے۔۔۔ اس کی  
شنا کریں۔

بیماری کیا ہے؟ کینسر ہونے کا کیا مطلب ہے؟ کہیں اس کا مطلب یہ تو نہیں کہ جسم کا ایک  
حصہ بغاوت پر اتر کر اپنے ہی جسم کو مارنے پر قتل گیا ہے؟ بیماری، تکلیف، درد تو روغنائی  
manifestation ہے۔۔۔۔ یہ تو آخری اور حتمی نتیجہ ہے۔

بات سوچنے کی یہ ہے کہ ایسا ہوا کیوں؟ بیماری عین فطرت ہے لیکن بہت سی صورتوں میں  
اس کا مطلب صرف جسمانی خرابی ہی نہیں ہوتا بلکہ یہ جسم کی طرف سے ذہنی علامات کی  
نشاندہی کی ایک علامت بھی ہوتی ہے۔

جسم علامات symptoms کی مدد سے ذہن کو بتانے کی کوشش کرتا ہے کہ گز بڑ ہو رہی  
ہے مگر ہم ان علامات کو سننے اور سمجھنے کی بجائے انہیں دوائی سے دبانے کی قسم کرنے کی  
کوشش کرتے ہیں۔ ویسے بھی ایک عام جسم کو روزانہ کی بنیاد پر بہت سی درددل pains  
سے واسطہ پڑتا ہے ان پر اچانک بھجان زدہ panic ہو جانا صرف بے چینی anxiety  
ہی پیدا کر سکتا ہے۔

اگر ہم اپنے جسم کو سننے کی مہارت حاصل کرنے میں کامیاب ہو جائیں تو ہم دیکھیں گے کہ یہ  
جیونی جسم organism یہ مٹی کا قلمبوت اپنے بچاؤ survival میں انتہائی ماہر ہے۔ اگر  
جسم پر اعتماد رکھا جائے تو بڑے بڑے کرشمے دیکھنے میں آتے ہیں۔

آج کل ذرا نظر دوڑائیں تو امیر لوگ غذائی ماہرین nutritionists کے پاس جاتے ہیں اور وہ انہیں بتاتے ہیں کہ انہیں کیا کھانا ہے اور کیا نہیں کھانا۔۔۔ سادہ سا سوال یہ ہے کہ کوئی آپ کو آپ کے جسم کے بارے میں کیسے کوئی فیصلہ دے سکتا ہے؟ بہترین صفائی کے بعد یہی تلی متوازن ڈائیٹ کا پلان آپ کے جسم کو کیسے بچا سکتا ہے؟

یہ کوئی بڑی بات نہیں ضرورت پڑنے پر کسی صورت حال میں متعلقہ ماہرین کے مشورے پر عمل کرنا دانشمندی کی علامت ہے لیکن کیا یہ بھی ایک حقیقت نہیں کہ کسی دور افتادہ مقام پر کسی جنگل یا ہاں میں کھوجانے پر یہی جسم بچے، گھاس کھا کر اور جو چڑکا پانی پی کر بھی survive کر جاتا ہے۔

بات صرف صورتحال situation کی ہوتی ہے۔ جب کوئی صورتحال پیش آ جائے تو جسم ہر حالت میں اپنے بچاؤ کی راہ نکالتا ہے۔ کسی تکلیف یا درد کے موقع پر اپنے جسم کو کچھ دیر کیلئے اس سے نمٹنے کا موقع دیں۔ پورا اعتماد رکھیں پھر دیکھیں کیا ہوتا ہے۔

تکلیف کا اور انسان کا ایک رشتہ اور بھی ہے۔۔۔ تکلیف کے بغیر کوئی انسان کچھ بھی نہیں سیکھ نہیں سکتا۔ اللہ انسان کو جو بھی دیتا ہے اسے حاصل کرنے کیلئے انسان کو تکلیف سے دو باؤ سے گزرتا چڑتا ہے۔

بچے کی پیدائش ایک دن میں ناممکن ہے۔ بطنِ مادر میں اتنی گھنچائش ہی نہیں۔۔۔ اس لئے اس ناممکن کو ممکن بنانے کیلئے ماں کو تکلیف سے گزارنا ہوتا ہے۔۔۔ یوں آہستہ آہستہ اس کے جسم اور لہس میں آنے والے بچے کیلئے وسعت پیدا ہونے لگتی ہے یہاں تک کہ ماں انتہائی تکلیف کے باوجود اپنے بچے کو جنم دینے کو تیار ہو جاتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ جو محبت اپنے بچے سے ہوتی ہے وہ دوسرے کے بچے کے لئے پیدا کرنا ممکن نہیں۔ اس محبت اور ممتا کے پس پردہ شدید تکلیف اور دو باؤ ہے۔۔۔

اللہ جب بھی کسی بھی انسان کو کچھ دینے کا ارادہ کر لیتا ہے تو پہلے اس کے نفس میں گنجائش پیدا کرتا ہے۔ نفس کیونکہ نخل اور تنگی میں جتنا ہوتا ہے اس لئے اس پر دباؤ ڈالا جاتا ہے تاکہ اس میں وسعت اور کشائش پیدا ہو سکے۔ آپ اپنی زندگی کا مشاہدہ کریں تو آپ کو اپنی کامیابیوں کے پیچھے طویل ناکامیاں، ریاضت، تکلیف اور بے پناہ دباؤ نظر آئے گا۔ یہ قدرت کا اصول ہے۔ جتنا بھی ہم پر دباؤ پڑتا ہے اس کا صاف مطلب یہی ہوتا ہے کہ کئی نئی مطلقہ طور پر ہونے والی ہے۔ <sup>اس لئے ہمیں مستقبل کی حالت پر غور کرنا چاہیے</sup> کی جانتے اللہ پر توکل کرنا سیکھنا ہے، مگر ہمارے یہ بھی تکلیف pain کا ایک چہرہ ہے۔ ہر تکلیف کے پس پردہ رب کائنات کی رحمت چھپی ہے۔۔۔ تکلیف اللہ کی بندے سے محبت کی نشانی ہے۔ محترم استاد کا قول ہے اور کیا ہی خوب قول ہے کہ تکلیف اور مصیبت اگر کوئی بڑی شے ہوتی تو انبیاء پر بھی نہ آتی۔۔۔

اِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۝۱  
All you have to do

is you have to  
be شک ہر مشکل کے ساتھ آسانی ہے۔

understand the hidden

lesson in that pain...

(الشرح 6)

☆☆☆☆☆☆

آپ اپنی عقل و روح پر مشق  
کہ پردہ عذابی میں کے نور  
تکلیف آج کو کھول دے  
جائے گی جہ نرا ہے اس کے

## سستی کا ہلی

### Inertia

انسان کے مزاج میں قدرتی طور پر سستی اور کاہلی نمایاں ہے۔ یہ اپنی سستی کو چھپانے کیلئے روٹھن کا سہارا لیتا ہے۔ انسانوں کی غالب اکثریت کبھی بھی اصل اور صحیح معنوں میں مشکل کام نہیں کرنا چاہتی۔ فطرتاً انسان چاہتا ہے کہ وہ کسی momentum میں لگا رہے۔ فارمولے پر چلتا رہے۔ جو کام بہت زیادہ محنت والا ہے اسے کوئی اور کر لے۔ نفس کی اسی کمزوری کی وجہ سے رہنمائی leadership کا دنیا میں وجود ہے۔ اسی کی بدولت لیڈر پیدا ہوتے ہیں خواہ وہ کسی بھی شعبے سے ہوں۔

دنیاوی یا روحانی ہر شعبے میں سست کاہل اور درمیانے mediocre انسانوں کے جھوم میں کوئی ایک ہوتا ہے جو کامیابی کی چوٹی پر پہنچنا چاہتا ہے، اس جھوم کا حصہ نہیں بننا چاہتا بلکہ آسمان کا ستارہ بننے کی طلب میں ہوتا ہے۔ قدرت اس سے تاوان مانگتی ہے قربانی اور بے پناہ ریاضت طلب کرتی ہے۔ جس بھی میدان سے اس کا تعلق ہے اس میں مصروف عمل ہر انسان سے زیادہ مشقت اسے کرنا ہوتی ہے۔ ناکامیوں، مسائل اور مصائب کی بڑے خوار اور طویل ترین رہ گزر سے اسے تنہا گزرنا ہوتا ہے۔



یہ دورہ گزر رہی ہوتی ہے جس پر چلنے سے اس کے ارد گرد کے لوگ خائف ہوتے ہیں۔ سنا رہا ہے کہ کسی زیور کو بنانے کا ارادہ کرتا ہے تو اس کی مناسبت سے سونے کا ٹکڑا نکالتا ہے اسے توڑتا ہے، چانچتا ہے اور پرکھتا ہے جب یہ طے ہو جاتا ہے کہ سونے کا یہی ٹکڑا مطلوبہ زیور بننے کا تو اسے بھیجی میں ڈال دیا جاتا ہے۔ پھر گونے، پیسے، پکھلوانے اور ڈھالنے کا کرب ناک عمل شروع ہو جاتا ہے اور آخر کار ایک مخصوص وقت کے بعد وہ سونے کا ٹکڑا زیور میں تبدیل ہو جاتا ہے۔

یہ انقلاب ہے، transformation کا عمل ہے۔ سونے کا ٹکڑا زیور بننے سے پہلے کچھ نہیں ہے۔ ملاوٹ زدہ ہے، پچھلے رنگ والا صرف ایک بے قیمت ٹکڑا جو ایک دن بیش قیمت زیور میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ جس انسان کو جتنا آگے نکلنا ہوتا ہے جتنی اس کی طلب ہوتی ہے

اسی حساب سے اس کا امتحان لگتا ہے۔ جتنی بڑی طلب ہوگی اتنا کٹھن اور اتنا ہی طویل امتحان

ہوگا۔ ہر ممکن حتیٰ کہ ہر ناممکن طریقے سے بھی آزمایا جاتا ہے۔ آخر یہ قوت نایاب چمک اٹھتا ہے، عرفان عطا ہوتا ہے۔ ہر شعبے، میدان اور فن کا اپنا عرفان enlightenment ہے اس عرفان سے کم پر راضی ہو جانا ہی سستی اور کاہلی ہے۔

کسی بھی شعبے، میدان اور فن کی معرفت enlightenment مل جانے کے بعد اس سے منسلک دوسرے انسان اس مرد میدان کے آگے سرنگوں ہو جاتے ہیں اور اس کی پیروی follow کرنا پسند کرتے ہیں۔

سارا کام ایک آدمی کا ہی ہوتا ہے۔ اللہ کو بھی اپنے کام کیلئے جہوم کی نہیں صرف ایک موزوں آدمی کی ضرورت ہوتی ہے اسی سے سارا کام لے لیا جاتا ہے۔ زندگی کی بھیجی میں جلتی سنت آگ میں بلا خوف و خطر کود جانے والے ہی بالآخر ظفر یاب ہوتے ہیں۔

## عدم تحفظ کا شدید احساس

### Enormous Feeling of Insecurity

ہم سب محفوظ secure رہنا چاہتے ہیں۔ ہر وقت اپنے بچاؤ کے اپنی جان کے منت بنے  
آنکھ پاز کھوجنے میں مصروف رہتے ہیں۔ ہمارے نفس کی یہ بہت بڑی خصلت  
instinct ہے۔ ذہن انسان شروع دن سے عدم تحفظ کا شکار ہے insecurity کے  
خوف fear میں مبتلا ہے۔

چوٹ لگنے کا ڈر، ماں باپ سے بچھڑ جانے کا خوف، امتحان میں ناکامی، کاروبار میں خسارہ،  
صحت کی خرابی، مالی مشکلات، اپنی ناکامی کا خوف، بیوی بچوں کے مستقبل کے اندیشے، مال  
دورلت کے چھین جانے کا خوف، غربت میں ذلت کا اندیشہ، سوسائٹی میں کمزور رہ جانے کی  
فکر، اقتدار میں آنے کی ہوس اور پھر اقتدار کے چھین جانے کے بھیا تک خواب جیسی اس کی  
ان گنت اشکال ہیں۔

یہ عدم تحفظ یہ insecurity کا احساس نفس کے پور پور میں ملایا ہے۔ انسان خود کو ہر  
قیمت پر دوسروں سے محفوظ، سر بلند اور طاقتور دیکھنا چاہتا ہے۔ اسی میں تحفظ ہے  
secure feeling ہے۔

جبکہ چشم کشا حقیقت اس کے برعکس ہے کہ عدم تحفظ کا احساس ذہن کی موت ہے۔ یہ ذہن کا بگاڑ deterioration ہے۔ ایک ایسا ذہن جو ہر وقت اپنی ذات کو مضبوط، باعزت اور کامران رکھنے منصوبے بنانے میں مصروف ہے وہ آزاد نہیں ہے بلکہ اپنی جبلت کا اپنی غورائش کا غلام slave ہے۔ یہ ہر وقت کی فکر اس کی عمر کو گھٹاتی ہے aging process کو تیز کرتی ہے۔ ذہن عدم تحفظ کے اس جال میں ہر لمحہ پھنسے رہنے سے قفلتا ہے، ڈرتا ہے، بیمار ہو کر خوف کھانے لگتا ہے، کمزور ہو جاتا ہے اور اس کی بے چینی اور کنفیوژن انتہائی حدوں کو چھوئے لگتی ہے۔ یہ گڑ بڑ malfunction کرنے لگتا ہے۔ ہر لمحہ عدم تحفظ کا بڑھتا ہوا یہ احساس اسے بوڑھا کر دیتا ہے۔ deteriorate کر دیتا ہے۔ یہ بات ایک حقیقت fact ہے کہ جسم بھی مکمل بوڑھا نہیں ہوتا۔

یہ ذہن ہے جس کے بھیا تک اور احمقانہ طرز حکمرانی سے جسم کی سلطنت آخر کار ایک دن ڈھسے پڑتی ہے And one day it explodes۔ غیر تربیت یافتہ اور کم علم نفس چونکہ عدم تحفظ Insecurity کی ہر لمحہ بڑھتی طلب کو اپنی عادت سمجھتا ہے اور دوسرے عام لوگوں کو اپنے ارد گرد ایسا ہی کرتے ایسے ہی سمجھتے دیکھ کر اس پر انتہات کی مہر ثبت کر لیتا ہے اور کبھی نہیں جان پاتا کہ یہ اس کی جبلت تو قحی مگر اچھی نہیں بلکہ بری جبلت قحی۔ نتیجتاً ایک عام درجے کی بے چارگی misery میں آتی ہوئی موت کو چاروٹا چار فطری انجام کے طور پر قبول کرنے کے علاوہ اس کے پاس اور کوئی راستہ نہیں بچتا۔ جو نفوس علم کی روشنی سے خود کو پہنچاتے ہیں وہ خوب جانتے ہیں کہ عدم تحفظ کا ہر لمحہ بے چین کرتا احساس ان کے ذہن کا اصل دشمن ہے۔ آپ اللہ کے دوستوں کو کبھی بھی امارت میں ڈوبا ہوا نہیں پائیں گے۔ انتہائی قدرت جسے دے اس پر کوئی اعتراض نہیں کہ اللہ بادشاہ مطلق ہے جو چاہتا ہے کرتا ہے مگر نہ اصول یہ ہے کہ طہیمان دشمن دولت میں نہیں ہوگا۔

اللہ کے قرب میں داخل ہندوں سے ملا جائے تو دیکھا جاسکتا ہے کہ وہ غلطی سے بے نیاز، اپنے حال پر مطمئن، اپنے ماضی کو بھول بھال کر سب کچھ اللہ کے سپرد کئے ہوئے۔۔۔ جو ہے جس حالت میں ہے اس پر خوش ہیں کہ اصول پر آپ کو اطمینان قلب کی سرانجام دہ صورت زندگی میں جیتے نظر آئیں گے۔

اضطراب سے کوسوں دور، بے چینی سے نا آشنا اللہ کی رضا میں راضی رہنے والے ان لوگوں کو اگر آپ سادہ لوح innocent سمجھتے ہیں تو آپ کو خیر ہو کہ یہ لوگ اصل میں سب سے بلند عقول والے، انتہائی گھاگ، شاطر، کانیاں اور نہایت تجربہ کار کاروباری اذہان کے مالک اور زبردست حکمتِ عملی کے حامل ایسے کامیاب لوگ ہوتے ہیں جنہوں نے اپنے نفس کو علم سے تربیت دے کر اللہ سے اس دنیا کے بدلے آخرت کا سب سے بڑا اور کامیاب سودا کر لیا ہوتا ہے۔

یہ سودا یہ deal عوام الناس mediocres کے بس کی بات نہیں۔ اس کیلئے عظیم ہمت اور انتہائی تیز نظر درکار ہوتی ہے جو جذبات سے نہیں بلکہ علم سے عطا ہوتی ہے۔ یہ ایسے جینکس genius ہوتے ہیں جن کی ذہانت دوسروں کے وہم و گمان میں بھی نہیں ہوتی۔ یہ رہنما mentors، یہ طاقتور اذہان powerful minds، یہ خواص elites نہ صرف آخرت کی کامیابی کیلئے مصروف عمل ہوتے ہیں بلکہ اس دنیا کی دباؤ سے پاک stress free زندگی بھی ان کے نشانے پر ہوتی ہے۔

یہ اللہ کے وہ مخلص بندے ہوتے ہیں جن پر شیطان کا کوئی بس نہیں چلتا۔ جس انسان کی کامیابی achievement کو اس کا خالق خود بخود اعظیما (بہت بڑی کامیابی) کہہ دے اس کے ذہن، اس کی حکمتِ عملی، اس کی کاروباری سمجھ بوجھ business Sense کے بارے میں آپ کی کیا رائے ہے؟

ہر لحظہ دنیا داری میں الجھا ہوا مصروف ذہن کچھ نہیں دیکھ سکتا۔ A busy mind can't see the truth۔ علم اور عقل اگر اللہ بڑھادے زاویہ نظر perspective کو وسیع کر دے enhance کر دے تو انسان اپنی زندگی کا اپنے شعور کا اپنے نفس کا غیر جانبدار جائزہ لینے کے قابل ہو جاتا ہے۔

آہستہ آہستہ گھاس سے بھرے ہوئے میدان میں گھاس کی ایک ایک پتی کو اٹھا کر دھڑکنے والا جائزہ لیتے ہوئے دھیرے دھیرے وہ اس میدان کی اصل حقیقت کو دریافت کرنے لگتا ہے۔

وَمَنْ يُسْلِمْ وَجْهَهُ إِلَى اللَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَقَدِ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَىٰ  
وَالَىٰ لِلَّهِ عَاقِبَةُ الْأُمُورِ ۝

اور جس نے نیک ہو کر اپنا منہ اللہ کے سامنے جھکا دیا تو اس نے مضبوط کڑے کو تھام لیا اور آخر کار ہر معاملہ اللہ ہی کے حضور میں پیش ہوتا ہے۔

(القمان 22)

جب انسان کو بلند نظر مٹا ہوتی ہے وہ جان لیتا ہے کہ یہ خوف محض ایک فریب ہے۔ خود کو دوسروں سے بلند کرنے کی خواہش اس کے نفس کی ڈیمانڈ ہے، پاگل پن ہے۔ پھر آہستہ آہستہ اس کے نفس میں اعتدال کا ظہور ہوتا ہے۔ یہ بات درست ہے کہ سب کو دولت چاہئے مگر سوال یہ ہے کہ کتنی؟

کیا اس دولت کیلئے خود کو بے پناہ مشقت کی بھٹی میں جھونک دینا چاہئے یا اعتدال پر رہتے ہوئے مناسب بندہ بہت پردک جانا چاہئے؟ واضح رہے یہاں رہبانیت اور نام نہاد فقیری لائن کی بات نہیں ہو رہی نہ ہی اللہ اپنے پیوں کو بے سہارا اور مصیبت میں گرفتار کر دینے والے پاگل شخص کو پسند کرتا ہے۔



## تجزیہ کاری

### Sense of Analysis

زندگی کے ہر موڑ پر ہر لمحے ہمیں فیصلہ کرنے کی ضرورت پڑتی ہے۔ کیا ٹھیک ہے اور کیا غلط ہے کی تلاش میں ہم اپنے ہر مسئلے کو ایک موضوع یا object کے طور پر لیتے ہوئے اپنے ذہن میں موجود ماضی کے تمام ڈیٹا کو استعمال کرتے ہوئے اس کا فیصلہ کرتے ہیں جس پر یقینی طور پر ہمارے مستقل کا تمام تر انحصار ہوتا ہے۔

یہاں پر سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ کیا ہم درست فیصلہ کر سکتے ہیں یا نہیں؟ کہیں ایسا تو نہیں کہ ہم حقائق کو نظر انداز کرتے ہوئے زندگی کے تمام تر فیصلے اپنی فطرت اور پسند ناپسند کے حوالے سے کر رہے ہیں؟

انسان کے ساتھ ایک بڑا مسئلہ یہ ہے کہ اسے زندگی آئیڈیل صورتحال Ideal situations میں نہیں بلکہ ہمیشہ دی گئی صورتحال given situations میں گزارنی پڑتی ہے۔ نتیجہ اس کا یہ نکلتا ہے کہ عظیم اکثریت ساری زندگی دی گئی صورتحال کو پسندیدہ یا آئیڈیل صورتحال میں تبدیل کرنے کی سعی لا حاصل میں صرف کر دیتی ہے۔ یہ سب کم علمی کا شاخصانہ ہے اور اس کی بہت بھیا تک قیمت انسان کو ادا کرنی پڑتی ہے۔

فلس کی فطرت ہے کہ یہ اپنا تجزیہ کرنے میں خود کو ماہر سمجھتا ہے۔ خود کو analytical expert جانتا ہے جبکہ ایسا ہرگز نہیں ہے۔ تجزیہ analysis چونکہ کم تربیت یافتہ فلس کے نزدیک صرف سوچنے سے ہی ممکن ہے اس لئے ہوتا کچھ یوں ہے کہ سوچ اپنے آپ کو دو حصوں میں تقسیم کر لیتی ہے۔ ایک حصہ مسئلہ بن جاتا ہے اور دوسرا تجزیہ یہ کار ہو جاتا ہے۔ خود سوچے، غور کیجئے اگر دو انسانوں کے درمیان کوئی تنازعہ امر پیدا ہو جائے تو کیا ان دونوں میں سے کوئی ایک جو خود فریق ہے تجزیہ کر سکتا ہے؟ انصاف کر سکتا ہے؟ ایسا ممکن ہی نہیں۔ کسی تیسرے کی ضرورت پڑتی ہے جس کا مطلب صاف ہے کہ غیر جانبداری سے ہی درست فیصلہ ہو سکتا ہے۔ غیر تربیت یافتہ فلس کے ساتھ سب سے بڑا مسئلہ ہے کہ یہ کبھی بھی غیر جانبدار نہیں ہو سکتا کیونکہ اسے خود سے اپنی ذات سے بلا کی ہمدردی ہوتی ہے۔ ایسی ہمدرد سوچ کے ساتھ کوئی خود سے انصاف کیسے کر سکتا ہے؟

درست تجزیہ کرنے پر ہی اچھے فیصلے کا تمام تر دار و مدار ہوتا ہے اور درست غیر جانبدار تجزیہ، کم علم عقل یعنی محدود سوچ اور خیالات سے ہرگز ممکن نہیں۔ اس کیلئے بصیرت درکار ہے، بے پناہ تیز بصیرت۔ اگر آپ اپنی سوچ پر اعتبار کیے بغیر سامنے موجود حل طلب صورتحال پر گہری نظر ڈالیں۔ ایک ایسی نظر جس میں آپ کی ذات اور آپ کے کردار کی کوئی جھجک نہ ہو کوئی آئینہ نہ ہو صرف معاملہ ہو اور معاملے کا مشاہدہ ہو تو آپ کو اس معاملے کا اس صورت حال کا وہ چہرہ وہ خدو خال دکھائی دیں گے جو آپ کی سوچ آپ کے وہم و گمان کی رسائی میں کبھی نہیں آ سکتے۔ یہاں تک کیسے پہنچا جاسکتا ہے اس کیلئے آگے چل کر مشاہدہ حق کے باب میں مفصل گفتگو ہوگی سر درست اتنا سمجھ لینا ہی بہت کافی ہوگا کہ۔۔۔

سوچ اپنا تجزیہ خود نہیں کر سکتی۔۔۔ Thought can not analyse itself۔۔۔



## خواہشِ ناتمام

### The Incomplete Desire

تمنا بڑی چیز ہے ازل سے اب تک انسان خواہشوں میں جیتا چلا آیا ہے۔ لاکھوں اربوں قسم کی خواہشات میں انسان کی روئے زمین پر آنے کے بعد سے اب تک اور روز قیامت تک کی سب سے بڑی خواہش خدا کی پہچان ہے۔

اس سب سے بڑی خواہش کو اگر انسان پانا چاہتا ہے تو اس خواہش کی ڈیمانڈ ہی یہ ہے کہ دوسری تمام خواہشات اس خواہش پر قربان کر دی جائیں۔ بات کو کھول کر دیکھتے ہیں۔ اس کیلئے ہمیں دیکھنا پڑے گا کہ خواہش کیا ہے؟ خواہش desire ایک محرک ہے ایک motive ہے۔ سوچ خواہش ہے اور خواہش سوچ ہے۔ یہ طلب ہے ڈیمانڈ ہے۔ یہ یہاں سے وہاں تک جانے کی سوچ ہے۔۔۔ یہ کچھ بن جانے کا خیال ہے۔۔۔

Desire is to become that which is not here!

یہ وہاں جانے کی سوچ ہے جو اس وقت یہاں نہیں ہے۔ خواہش زندگی کو حرکت دیتی ہے move کرتی ہے۔ اگر خواہش نہ ہو تو ذہن مردہ ہے dead ہے۔ اگر آپ کی کوئی ڈیمانڈ نہیں تو آپ کی کیا سوچ ہے؟

If you don't want a thing...what you will think?

اس میں بہت بڑا راز چھپا ہے۔ ہر انسان کی زندگی میں خواہش ہر سانس کے ساتھ موجود ہے۔ خواہش اپنی اصل میں وسعت کا نام ہے، پھیلاؤ کا اور آگے بڑھنے کا نام ہے یہ expansion ہے۔

ہر انسان آگے بڑھ رہا ہے expand کر رہا ہے پھیل رہا ہے جیسے کائنات یہ کہکشاںیں بڑھ رہی ہیں اور پھر ایک دن پھٹ جائیں گی اسی طرح انسان بھی آگے بڑھتا ہے expand کرتا ہے ساری زندگی۔۔۔ یہاں تک کہ اسے موت آ جاتی ہے۔

أَلِهَآكُمُ التَّكَاثُرُ ۖ حَتَّىٰ زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ ۝

کثرت کی آرزو نے تم کو آلیا یہاں تک کہ تم نے قبریں جا دیکھیں۔

(الحکاثرہ 2۴:1)

ہم اس کثرت expansion کو سمجھنے میں اکثر مار کھا جاتے ہیں۔ ہر انسان کی زندگی میں ایک نا آسودہ، نامکمل سلگتی لو دہتی خواہش ہر وقت موجود رہتی ہے۔۔۔ یہ نامکمل خواہش incomplete desire ہر انسان کو بھگا رہی ہے۔ عظیم اکثریت بلکہ ہم سب آتے جہاں ہیں وہاں مطمئن نہیں ہیں ہم مزید آگے جانا چاہتے ہیں۔۔۔ اس نامکمل خواہش کو ذرا کھول کر دیکھتے ہیں۔۔۔

مثال کے طور پر یہ ایسی ہوتی ہے جیسے سکول کے زمانے میں لگتا ہے کہ کالج پہنچ جائیں تو بات بن جائے گی۔ یہی تمنا ہے۔۔۔ پھر اس کو پورا کرنے کیلئے ہم موت، مشقت اور انتظار سے گزرتے ہیں۔ جس دن کالج پہنچ جاتے ہیں اس دن شعور سطحی طور پر superficial level پر خوش دکھائی دیتا ہے۔ مگر کچھ عرصہ گزرنے کے بعد نفس کو، ہمیں احساس ہوتا ہے کہ ٹھیک ہے خواہش تو پوری ہو گئی مگر جانے کیا بات ہے یہ اچھا تو

ہے مگر ویسا نہیں ہے جیسا لگتا تھا کہ ہوگا۔ نفس کی فطرت ہے کہ جس شے کو پالیتا ہے، جسے  
دیکھ لیتا ہے اس کی اہمیت اس کے نزدیک انتہائی تیزی سے کم ہوتی چلی جاتی ہے  
rejection کا پروسس بہت تیزی سے انسان کو پکڑ لیتا ہے۔ خاص کب عام ہو جاتا  
ہے خبر ہی نہیں ہوتی۔ پھر ایک اور ناقص خواہش کا دیا آنکھوں کے آگے لہراتا ہے اور یوں  
یہ لامتناہی سلسلہ ہمیں کارزار حیات میں گھسیٹتا ہوا لے نکلتا ہے۔ ہر خواہش پوری ہو جانے  
کے بعد اگلی خواہش کو جنم دے کر خود بھینکی پڑتی جاتی ہے۔ یہاں تک مشاہدہ پہنچے تو خواہش  
کی دو قسم نظر آتی ہیں ایک فنا ہے ہلاکت ہے mortality ہے دوسری تاثیر ہے  
expression ہے۔

نفس چونکہ جہلی طور پر موت سے روشناس ہے جانتا ہے کہ وہ مر جائے گا، وہ ہلاک ہو جائے  
والا ہے mortal ہے لیکن چونکہ اللہ سے بیزار ہے، خائف ہے۔۔۔ اس لئے ہلاکت  
کے دباؤ سے stress of mortality سے نکلنے کیلئے موت کے خوف سے فرار حاصل  
کرنے کیلئے ایک عجیب دوا کھیتا ہے جو اہل علم کے سوا کسی کو سمجھ نہیں آتا۔

یہ خواہش کو جا immortality کا دھوکہ illusion تخلیق کرنے کیلئے استعمال کرنا سیکھ  
جاتا ہے۔ "میں کالچ پہنچ جاؤں تو زندگی کافی حد تک سلجھا سکتا ہوں"۔ حال میں بیٹھ کر نفس  
ایک عارضی مدت temporary timeline تخلیق کر رہا ہے۔ خود کو یقین دلا رہا  
ہے کہ کالچ میں داخلے تک میرے پاس وقت ہے میں نہیں مروں گا۔

خود ساخت مہلت لے رہا ہے۔۔۔ دھوکہ دے رہا ہے illusion میں جی رہا ہے۔ کسی کا  
مر جانا ہمارے لئے ایک سچ ایک حقیقت ہے ایک fact ہے۔ انا اللہ والا الیہ راجعون بہت  
ہی غلوں سے انسان کسی کی موت پر پڑھتا ہے۔ اسے مر جانا تھا کیونکہ میں جانتا ہوں کہ  
موت برحق ہے کسی بھی وقت آ سکتی ہے اس پر میرا ایمان ہے۔

لیکن میرا مر جانا۔۔۔ میری موت۔۔۔ میری نظر میں ایک خیال ہے۔۔۔ میرے نزدیک ایک ایسا آئینہ یا ہے جو کچھ تو ہوگا لیکن چونکہ وہ آئینہ یا ہے اس لیے ضروری نہیں کہ ابھی سچ ہو جائے۔ دوسرے کی موت حقیقت ہے۔۔۔ اپنی آئینہ یا ہے۔۔۔ وہ سبحان اللہ کیا بات ہے اس نفس عیاری۔۔۔

اپنی اور اپنے ارد گرد موجود زندہ گیوں کا جائزہ لیں آپ کو یہ طلسم ہر ایک پر چھایا ہوا نظر آئے گا۔ کاروبار سیٹ ہو جائے تو جج کرنا ہے۔۔۔ جج تک ہلاک نہ ہونے کا یقین دلایا جا رہا ہے خود کو۔۔۔ جج کے بعد بچوں کی شادیوں تک جینا ہے پھر اپنے بچوں کے بچوں کی خوشیاں دیکھنے تک جینا ہے اور جب سب ہو چکا تو پھر۔۔۔ مسجد کا رستہ پکڑ کر اللہ کا نیک بندہ بننے کیلئے جینا ہے۔ کوئی مرنے کو تیار نہیں ہے۔۔۔ ایک قانی، ایک ہلاک ہو جانے والا ہر دم خود کو عارضی طور پر ہی سمجھ لیکن کچھ دیر کیلئے ابدی (immortal) کرنے کی کوشش میں مصروف ہے اور خالق کہہ رہا ہے کہ ہرگز نہ کہنا کہ کل یہ کام کروں گا مگر ان شاء اللہ۔۔۔

وَلَا تَقُولُوا لِمَا يُرَاوَعُ الْفَاعِلُ ذَلِكَ غَدًا ۖ اِلَّا اَنْ يَشَاءَ لِلّٰهِ وَاذْكُرْ زَيْتًا اِذَا  
نَسِيتَ وَقُلْ عَسَى اَنْ يَّهْدِيَنَا رَبِّيْ لَاقْتَرِبَ مِنْ هٰذَا ۚ رَحْمٰتُہٗ  
اور کسی چیز کے متعلق یہ ہرگز نہ کہو کہ میں کل اسے کر ہی دوں گا۔ مگر یہ کہ اللہ چاہے،  
اور اپنے رب کو یاد کر لے جب بھول جائے اور کہہ دو امید ہے کہ میرا رب  
مجھے اس سے بھی بہتر راستہ دکھائے۔

(انکب 23-24)

اور ہم نے اسے رسم بنالیا۔ کبھی دیانت داری سے غور کیا کہ اصل میں ہر کام کرنے سے پہلے اللہ کہے سے آپ کی مراد کیا واقعی وہ ہے جو اللہ چاہتا ہے؟ کیا ہم اس بات کو

مان چکے ہیں کہ ہم بھی کسی بھی وقت مر سکتے ہیں؟ نہیں بھی نہیں، انسان کبھی تیار نہیں ہوتا۔۔۔ ہاں مگر وہ جس کو اللہ جان کے بغل سے نجات دے۔۔۔ وہ خواہش کا ظلم توڑ سکتا ہے۔۔۔

خواہش کی دوسری پرت layer تاثر expression ہے۔ نفس کی مصیبت یہ ہے کہ اسے کبھی خواہش کی مناسبت سے اس کا تاثر نہیں مل پاتا۔ ہر خواہش جب پوری ہوتی ہے تو بچا چلتا ہے کہ یہ تو ادھوری ہے۔ چھوٹی کار تک پہنچنے کے بعد احساس ہوتا ہے کہ اصل خواہش تو بڑی کار کی ہے۔

یہ لائقِ پکار vicious loop ساری زندگی انسان کو ایک ایسا گدھا بنا کر رکھ چھوڑتا ہے جس پر بیٹھنے والے نے ایک چھڑی کے سرے پر سبز گھاس کا گٹھا باندھ کر اسے گدھے کے منہ کے پاس اس کی رسائی سے ذرا دور تمام رکھا ہو۔ بھوکا گدھا اس گھاس میں منہ مارنے کے پکار میں چلتا جاتا ہو مگر وہ کبھی اس گھاس تک پہنچنے والا نہیں کیونکہ گھاس اس پر سوار آدمی کے ہاتھ میں ہونے کی وجہ سے اس کے ساتھ ہی آگے بڑھ رہی ہوتی ہے۔

اگر نفس اللہ کی مہربانی سے علم حاصل کر لے تو اس میں خدا کو پانے کی خواہش بیدار ہو جاتی ہے۔ یہ خواہش سب سے بڑی ہے اس سے بڑی اور کوئی خواہش نہیں ہے۔ جب نفس اس خواہش کو چمکا کر نے کی دھن میں لگتا ہے تو اس پر انکشاف ہوتا ہے کہ اللہ لا محدود ہے اسے کبھی کوئی عمل نہیں پاسکتا۔۔۔۔

اللہ ساکن نہیں ہے Allah is not a static reality سامنے کی بات ہے اللہ کو کارروائے محفل سے نہیں پاسکتے وہ کہیں رکھا ہوا نہیں ہے۔ وہ اللہ ہے۔۔۔ اس کو پانے کیلئے جب خواہش کرے گا وہ پ اختیار کرتی ہے تو اسے احساس ہوتا ہے۔۔۔ بجلی کے کوندے کی طرح لپک کر آنے والا ایک ایسا احساس جس کی روشنی میں نفس دیکھتا ہے

خواہشِ باہم

کہ اللہ لامحدود ہے unlimited ہے۔ اسی لمحے نفس کی خواہش کو پہلی بار اس کا تاثر expression مل جاتا ہے۔ ایک لامحدود۔۔۔ دوسرے لامحدود سے جا ملتا ہے۔۔۔ یہ وہ مقام عرفان ہے جہاں خواہش قرار پاتی ہے۔

اب وہ کبھی نا آسودہ ہو کر واپس نہیں پلٹے گی، کبھی مایوس نا امید نہ ہوگی کہ اسے اس کا ماخذ origin مل گیا ہے۔ خواہش یہی چاہتی ہے۔ خواہش کو پیدا کرنے والے کی یہی غشاء ہے۔ یہی اس کا منصوبہ plan ہے۔ جو اس کو سمجھ گیا اسے الحکم لگا کر ٹکی سمجھا گئی۔ یہ قرآن کی صرف ایک آیت کے علم کا حال ہے پورا قرآن خدا ہی جانے کیا ہے؟ اپنی بے قرار خواہش کو راستہ دکھاؤ۔۔۔ یہ بھٹک رہی ہے۔۔۔ یہ ذات کے سوسناتوں میں ماتم کتاں ہے۔۔۔ اسے اس کا کعبہ دکھاؤ۔۔۔ اپنی خواہش کو جانے کا راستہ دو۔۔۔ اسے جانا ہے۔۔۔ اس کے پاس جس نے اسے پیدا کیا ہے۔۔۔

☆☆☆☆☆☆

## تنہائی، اُداسی اور خلا

### Loneliness, Sadness and Void

انسانوں کے اس سیل رواں اس بے پناہ ہجوم میں ہم سب اکیلے ہیں۔ انسان کو تنہا پیدا کیا گیا ہے۔ اسے مرنا بھی اکیلے ہی ہے۔ تنہائی نفس کی ایسی جہات ہے جس سے یہ بے پناہ خوف کھاتا ہے۔ نفس خوب جانتا ہے کہ وہ اکیلا ہے اس احساس کو اس جذبے کو دبانے کیلئے اس تنہائی سے بھاگنے کیلئے وہ محرک stimulus میں، رشتوں ناظوں میں پناہ لیتا ہے، جیسی مذاق کرتا ہے۔ زندگی کو مصروف رکھتا اس کا واحد مشن ہے۔ یہ کسی صورت اکیلا نہیں ہونا چاہتا۔

کبھی تنہائی میں خود اپنے ساتھ بیٹھنے کا تجربہ کریں۔ کچھ نہ سوچیں، کسی خیال کو attend نہ کریں بس بیٹھ جائیں۔ آپ دیکھیں گے کہ جسم میں بے پناہ تناؤ پیدا ہو گیا ہے۔ بے چینی بڑھ رہی ہے وقت گزرنا محال ہو رہا ہے۔

جو انسان تنہائی میں اپنے آپ کیساتھ چند لمبے نہیں گزار سکتا اسے احساس ہو جاتا چاہئے کہ وہ کتنی بڑی صحبت bad company میں ہے۔ آنکھیں ذہن کا دروازہ ہیں۔ رات کو سوتے وقت جب ہم آنکھیں بند کر لیں تو اصولی پروتھا کو قسم ہو جاتا چاہئے مگر نفس اس قدر

پالاک ہے کہ آنکھ بند ہوتے دماغ میں ایک دنیا پیدا ہو جاتی ہے اور ہم اس میں مصروف ہو جاتے ہیں۔۔۔ آنکھیں بند کر کے پرسکون relax ہو کر بیٹھ جائیں اور مشاہدہ کریں کہ آپ کے اندر کیا چل رہا ہے۔ غور کریں observe کریں۔

جتنا اندر جائیں گے۔۔۔ جتنا گہرائی سے اندر جائیں گے۔۔۔ دیکھیں گے کہ سوچوں کی ایک لامتناہی قطار trail of thoughts ہے جو چلتی ہی جا رہی ہے اسے غور سے دیکھیں۔۔۔

دیکھتے رہیں اپنی سوچوں کے سلسلے اس کے patterns کا مطالعہ کریں investigate کریں۔ آپ کو دکھائی دے گا کہ دو طرح کی سوچ پیدا ہو رہی ہے۔ ایک تصویر image ہے۔ دھندلی سی دکھائی نہ دینے والی تصویر کی ایک قسم ہے جو ایک کے بعد دوسری اور دوسرے کے بعد تیسری چلتی چلی آرہی ہے۔

سوچ کی دوسری قسم ایک نہ سنائی دینے والی آواز unheard voice ہے۔ ذہن کی اس آواز کو Voice of the head یا پھر بولنے والا ذہن mind's chatter بھی کہا جاتا ہے۔ یہ آواز تصویری سوچ image based thought کو جواب دے رہی ہے respond کر رہی ہے۔

یہ سب جو چل رہا ہے اس کی بنیاد کیا ہے؟ یہ کیوں چل رہا ہے؟ غور کرتے رہیں گے تو دکھائی دینے لگے گا۔۔۔ خوب نظر آنے لگے گا۔۔۔ خوب سمجھ میں آنے لگے گا کہ ابھی ایک سوچ ختم ہوتی نہیں کہ دوسری شروع ہو جاتی ہے۔ ہر سوچ کے ساتھ ایک مخصوص جذبہ جڑا ہوا ہے۔ کوئی سوچ خوش کر رہی ہے، کوئی غمگین کرتی ہے، کسی سے دل اڑا رہا ہے، کسی سے نفرت انتقام کی بو آ رہی ہے۔ پھر سمجھ میں آنے لگے گا کہ یہ تو پاگل پن ہے۔۔۔



میرے ذہن نے دل کو جذبوں میں الجھا رکھا ہے اور دل ان جذبات سے کھیلنے کا جاری ہے۔ اسے لت لگی ہوئی ہے۔۔۔ اسے ہر سوچ سے جذبہ مل رہا ہے۔ اسے غور سے دیکھیں یہ آپ کے ہمارے سب کے دلوں کا رنگ ہے۔ دل اور ذہن دنیا کے کھیل کود میں گئے ہوئے ہیں۔ یہ دھوکا چل رہا ہے۔ قریب دیا جا رہا ہے قریب کھایا جا رہا ہے۔

میرا سر میری مرضی سے حرکت کرے تو بات سمجھ میں آتی ہے لیکن اگر بیٹھے بیٹھے میرا سر اپنی مرضی سے ادھر ادھر چلنا شروع کر دے اور پھر ہمیشہ ایسا ہی کرتا رہے تو یہ نارمل نہیں ہے یہ بیماری ہے۔ سوچنا تو عین عقل ہے مگر یہ کیا کہ ہر وقت سوچ چل رہی ہے۔ سوچ کو اس کی جگہ پر ہونا چاہئے جب ضرورت پیش آئے تب کام کرے۔ یہ کیا ہے کہ ہر وقت دماغ میں ایک طوفان بدتمیزی برپا ہے۔۔۔ یہ تو پاگل پن ہے یہ تو mental diarrhea ہے۔۔۔

حتیٰ کہ نوبت ہم سب کی یہاں تک آتی ہے کہ بھیسے شاکہ کی آواز سنائی دیتی ہے۔

دل کھٹا دے منڈے کڑیاں سجدے کرے مستحق

دُسیا دارالرب دے نال وی چار سو وی چا کستی

یہ سوچنے کا نہیں عبرت کا مقام ہے اس کی دید کرنے کی ضرورت ہے۔ نفس انسان کی سوچ جب اعتدال پر لانے کی کوشش کی جاتی ہے (جو کہ خواہشوں کی کمی سے ہوتی ہے) تو سوچوں کے تلے بنے نوٹے دیکھ کر نفس سخت اداس اور خوف زدہ ہوتا ہے کیونکہ سوچ کے سوا ہمارے پاس کرنے کو کچھ نہیں ہے۔۔۔

یہ وہ مقام تھا جہاں ہے جس سے نفس کو وحشت ہے۔ یہ کم علم نہیں جانتا کہ جہاں کے مسین اور لازوال مقام پر انسان کی خود سے ملاقات ہوتی ہے۔ یہ وہ عظیم مقام ہے جہاں سے ذات کی بے کراں عظمتیں شروع ہوتی ہیں۔۔۔

تنبہائی سادہ اور عطا

عام آدمی کے لیے تنہائی بہت ہی عجیب شے ہے۔ ہم بھی خود کو اتنی اجازت نہیں دیتے کہ ہمارے اذہان تنہائی کے قریب بھی پھٹک سکیں اور اگر کبھی کسی حادثے کسی صدمے یا دکھ کے کارن ایسا ہونے کا امکان پیدا ہو بھی جائے تو ہم انتہائی سرعت سے اس وجہ کو دبا دیتے ہیں جو تنہائی کا باعث بن رہی ہے۔ اسے دبانے کیلئے ہم کچھ بھی کر گزرنے کو تیار ہو جاتے ہیں۔ (میکن انڈرونی تنہائی تو ہمیشہ سادہ فوری رہتی ہے)

ہمارے شعور اور لاشعور دونوں مل کر تنہائی کو ہمیشہ یا تو نظر انداز کرتے ہیں یا اسے دبانے کی کوششوں میں مصروف دکھائی دیتے ہیں۔ تنہائی سے راو فرار اختیار کی جائے یا اسے دبایا جائے اس کا کوئی فائدہ نہیں ہے۔ آپ نظر انداز کریں یا دبا دیں بات کو فنی میں اڑا دیں۔ مگر اسی کا دکھ اور اس کی تکلیف ہمیشہ اپنی جگہ پر موجود رہتی ہے۔ آپ چاہے خود کو کتنے ہی بڑے جھٹے میں پھینک دیں، ہم سب تنہا تھے، ہیں اور رہیں گے۔ تنہائی کے خوف کا سانپ خاموشی سے ہمارے نفوس میں رینگ رہا ہوتا ہے۔ کون جانے کس خیال کی چادر اٹھتی ہے یہ ہمیں رینگتا دکھائی دے جائے۔

سیر و تفریح، نشہ، فنی مذاق سے تنہائی بھی فنا نہیں ہو سکتی۔ آپ عارضی طور پر شور شرابے میں کچھ وقت کیلئے اس سے جان چھڑا سکتے ہیں مگر جیسے ہی آپ کی زندگی میں تہمتوں کی بارش ڈرا دھمکی ہونے لگتی ہے تنہائی کا خوف پلٹ آتا ہے۔ ہو سکتا ہے آپ خوشیوں سے لدے ہوئے ہوں، آپ کے پاس دوسروں سے زیادہ طاقت ہو۔ یہ بھی ہو سکتا ہے کہ آپ کے پاس بہت سا طم ہو اور یہ بھی ممکن ہے کہ عبادات میں آپ بہت مصروف رہتے ہوں۔ آپ جو چاہے کرتے ہوں تنہائی کی اذیت ہمیشہ آپ میں جاری رہتی ہے۔ ہو سکتا ہے آپ اپنے بچوں کی کھیتوں میں سرشار مچی رہے ہوں۔ آپ کا شاندار ٹیلنٹ آپ کو مست کیے رکھتا ہو مگر جیسے دنوں پر رات چھا جاتی ہے ایسے ہی تنہائی آپ پر چھا جاتی ہے۔

آپ اس سے محبت کریں یا نفرت۔ آپ چاہے اپنے مزاج اپنی نفسیات سے مجبور ہو کر اس سے بھاگیں مگر یاد رکھیں تنہائی ہمیشہ یہاں ہے، انتظار کرتی ہوئی سب کچھ دیکھتی ہوئی۔۔۔ وہ ہر بار اس لیے پلٹ جاتی ہے کیونکہ اسے پتا ہے کہ آپ اس سے دوبارہ ضرور ملیں گے اور ہر بار ایسا ہی ہوتا ہے۔۔۔

راز سمجھ آ جائے تو بات بن جاتی ہے۔ تنہائی loneliness جو ہے یہ کوئی اکلا پا isolation نہیں ہے۔ تنہائی اکیلے پن کا، اکلا پے کا علم ہے۔ تنہائی وہ نہیں ہے جسے دنیا تنہائی کہتی ہے۔۔۔ وہ اکیلا پن ہے وہ isolation ہے۔ تنہائی اس isolation کے احساس کا علم عطا ہو جانے کو کہتے ہیں تنہائی loneliness ہے۔

اس بات کا عین علم اور ادراک ہو جانا۔۔۔ ذاتی تجربے سے experiential level سے جان جانا کہ میں اکیلا ہوں اس پوری دنیا میں اکیلا ہوں loneliness کہلاتا ہے۔ ایک ہوشمند نفس خوب جانتا ہے کہ اس کی حرکات activities کسی بھی درجے کی ہوں ان کی جز تنہائی کا خوف ہے۔ اگر کچھ دیر کیلئے تمام تر ممکن حرکات activities روک لی جائیں stillness طاری کر لی جائے تو دیکھا جاسکتا ہے۔ ایک اندھے کی آنکھ سے بھی دیکھا جاسکتا ہے کہ نفس کے مرکز میں ایک خلا کا void / emptiness کا احساس ابھرنے لگتا ہے۔ نفس اس ابھرتے ہوئے خالی پن سے ہمیشہ خائف ہوتا ہے۔ یہی وہ طاقت ہے جس کو پر کرنے کیلئے انسان اپنی ساری پیش قیمت زندگی ضائع کر بیٹھتا ہے۔

لوگ اپنی زندگیوں کے سچے چھوٹے، بڑے چھوٹے، اچھے برے مقاصد بتاتے ہیں جو بھی کرتے ہیں اس کا مقصد صرف تنہائی کے اس عظیم خلا کو پر کرنے کی کوشش کرنا ہے جو کی صورت کسی سے آج تک پُر نہ ہو سکا۔ ہاں مگر صرف وہ لوگ جن کو اللہ دیکھنے والی نظر عطا فرمادے۔ بصیرت (میں نے اگر مقلدہ جواب کرنا ہے تو اللہ ہی جانتا ہے)

نفس کو معلوم ہو کہ یہ خود سے کبھی نہیں بھاگ سکتا کیونکہ نفس اپنی ذات میں اپنے structure میں تنہا ہے۔ اللہ کی طلب میں نکلنے والے ہر نفس پر یہ وقت آتا ہے جب وہ اس مقام پر پہنچتا ہے جسے خالی پن void / emptiness کہتے ہیں۔

یہاں سے آگے اس کے ساتھ جانے والا کوئی نہیں۔ نہ کوئی مرشد نہ استاد۔۔۔ یہاں کوئی پر نہیں مار سکتا۔ اس مقام سے نفس کو خود گزرنا ہوتا ہے حتیٰ کہ تجھائی کا احساس بھی پیچھے رہ جاتا ہے پھر نہ کوئی تہوار رہتا ہے اور نہ کوئی تنہائی۔۔۔

You will go alone, even aloneness will not

go with you. You will go all alone...

اس مقام پر صرف اللہ پر کامل اعتماد ہی کام آتا ہے۔ دنیا کی ہر شے، ہر جذبے سے زیادہ اپنے خالق پر اعتبار کر کے تنہائی کے اس لامحدود صحرا میں مسافر کو چل پڑنا ہوتا ہے۔۔۔ اتنی ہی بات ہوتی ہے۔۔۔ لیکن بڑے بڑے یہاں عاجز ہو جاتے ہیں۔ یہاں انسان کے نفس کو محبت عطا ہوتی ہے۔۔۔

اللہ تب تک نہیں ملتا جب تک انسان اپنی خواہشات سے دستبردار ہو کر تنہا نہ ہو جائے۔ نفس انسان اس مقام پر ایسا ہو جاتا ہے کہ سب کے درمیان رہتا ہے، زندگی بسر کرتا، کھاتا پیتا اور جیتا مسکراتا بالکل دوسروں جیسا دکھائی دیتا ہے مگر اندر سے جان چکا ہوتا ہے کہ وہ تنہا ہے کوئی اس کا نہیں اور وہ کسی کا نہیں۔

جیسے ہی نفس اس مقام تنہائی کو پوری طرح قبول کرتا ہے جیلاات instincts اعتدال کی حدود کو واپس ہونے لگتی ہیں اور محبت پیدا ہوتی ہے۔۔۔ محبت۔۔۔ جو مخلوقات کا اپنے خالق کے ساتھ سب سے قریبی رشتہ ہے۔ محبت سوچ نہیں ہے۔۔۔ یہ خیال نہیں ہے۔۔۔

جسے ہم اپنی مرضی سے جب چاہیں استعمال کر لیں اور جب چاہیں رو کر دیں۔ بے لوث  
محبت تو سب سے عظیم جذبہ ہے۔۔۔

Unconditional love is nothing but compassion.

جب محبت جاگ جائے تو پتا چلتا ہے کہ نفرت کوئی شے نہیں۔۔۔ پھر یہ محبت نفس کو بلند کرتی  
ہے۔ محبت ایک راز ہے ایک ایسا راز جسے لکھا نہیں جاسکتا کیونکہ محبت لفظ کی گرفت اور پہنچ  
سے اوپر کی شے ہے۔۔۔ نہ ہی یہ بتائی جاسکتی ہے۔۔۔ اسے صرف وہ محسوس کر سکتا ہے  
جسے حقیقت میں یہ ہو جائے۔۔۔ محبت کا پورا تجرباتی کے رکھوار میں اکتا ہے۔۔۔ اس کے  
پھول کی خوشبو "میں" کی دسترس سے بلند ہے۔۔۔  
بہت ہی بلند۔۔۔

☆☆☆☆☆☆

## وابستگیاں

### Attachments

Jelousy, Hate, Posession, Domination,  
Violence and More

کبھی ہم نے سوچا کہ تجزی سے اپنی تباہی کی طرف رواں رواں اس دنیا میں ہر لمحہ بڑھتے ہوئے استحصال، غربت، نا انصافی، تشدد، ظلم و ستم اور جنگ و جدل سمیت ہر قسم کے ہکا بکا کی اصل وجہ کیا ہے؟

مختصر ترین الفاظ میں اسے دین سے دوری کہا جائے گا۔ دین فطرت ہے nature ہے اس لئے ہم یہ کہیں تو ہرگز بے جا نہ ہوگا کہ انسان فطرت سے دور ہوتا چلا جا رہا ہے اور فطرت سے دوری کا ایک ہی مطلب ہے وہ ہے اپنے خالق سے دوری۔۔۔

وَلْتَبْلُواْ كُمْ يُشْنِيْكُمْ مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصِ الْاَمْوَالِ  
وَالْاَنْفُسِ وَالْمَمَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِيْنَ ۝

اور ہم تمہیں کچھ خوف اور بھوک اور مالوں اور جانوں اور ثمرات کے نقصان سے

ضرور آزمائیں گے اور صبر کرنے والوں کو خوشخبری دے دو۔

(البقرہ 155)

خالق creator ہمارا رب کہہ رہا ہے کہ وہ آزمائے گا ضرور test کرے گا کہ دیکھے کہ کون اچھا ہے اور کون برا ہے۔ اس آزمائش کے لئے جو نظام system کام کر رہا ہے اُس کے اندر اثر کر دیکھا جائے تو مارے حیرت کے سخی گم ہو جاتی ہے۔

ہمارے نفس self میں ہر شے سے جذباتی طور پر وابستہ attach ہو جانے کی جبلت ہے چناؤ طاقتور ہے۔ یہ ہر شے کا مالک بننا چاہتا ہے own کرتا ہے ملکیت possession چاہتا ہے۔ کچ تک پہنچنے کیلئے ہمیں اپنے نفوس کی پور پور کو دیکھنا پڑتا ہے۔ انکو انری Inquiry کرنا ہوتی ہے۔

در حقیقت ہمارے نفوس اسنے گھناؤنے، بد کردار اور اسنے خوفناک ہوتے ہیں کہ اس خوفناکی سے گھبرا کر لوگ ساری زندگی خود سے بھاگتے رہتے ہیں کامیابی سے غور کو نظر انداز کرتے رہتے ہیں successfully avoid کرتے رہتے ہیں۔ یہاں تک کہ جب اس کے گھناؤنے کردار سے خوف کے مارے جان حلق کو آن پہنچے اور اس کی بد کرداری کی ہولناکی بدبو سے اپنا انجام یقینی دکھائی دینے لگے تو روحانیت کو فریج پر فیوم کی طرح استعمال کرنے لگتے ہیں۔۔۔

لیکن نفس کو پاک کرنے کی ہمت کبھی خود میں نہیں پاتے۔۔۔ ڈرتے رہتے ہیں۔۔۔ کتراتے رہتے ہیں۔۔۔ ٹالتے رہتے ہیں۔۔۔ حتیٰ کہ میر کے اس شعر کے مصداق ہو جاتے ہیں۔۔۔

عشق اک میر بھاری پتھر ہے  
کب سے تجھ ناتواں سے اُٹتا ہے

جو کہ نفس انسان کے ذہن کا ایک ایسا سرچیکل آپریشن ہے جو بہت غوث کا ہوتا ہے اور اس میں معالج بھی خود انسان ہے اور مریض بھی۔۔۔ جب اپنے لیڈر کو اپنے پھوڑے کو بے ہوش کیے بغیر چیرا جائے گا تو پھر چیخیں تو نکلیں گی اور لعن بھی بہت اٹھے گا مگر نفس کو پاک purify کرنے کیلئے ہمیں اس مرحلے سے گزرنا ہی پڑے گا۔

ہمیں ہر وہ شے جو ہم سے کسی بھی طور پر جڑی ہے ملکیت لگتی ہے۔ میرا نام، میرا جسم، میرے ماں باپ بہن بھائی، گھر بار، دیوی بچے، میرا کاروبار پیسہ، میری زندگی۔۔۔ سب کچھ میرا (میرا اس سب کی ملکیت ہے)۔۔۔ اس حق ملکیت کو حاصل کرنے اور برقرار رکھنے کی خاطر نفس انسان ہر مشقت اور ذلت کو گوارہ کرتا ہے۔ ہمیں فطری طور پر اپنے بچوں سے بہت محبت ہوتی ہے۔ بری بات نہیں یہ تو اللہ نے ہمارے دل میں ڈالی ہے مگر کیا یہ وہی محبت ہے جو اللہ نے ہمارے دل میں ڈالی ہے یا ہم نے اس محبت پر اپنا قبضہ جما لیا ہے۔ وہ اللہ کے بنائے ہوئے انسان ہیں جنہیں اس نے اسی طرح زمین پر بھیجا ہے جیسے ہمیں بھیجا ہے۔ وہ تو امانت ہیں لیکن کیا ہم واقعی انہیں امانت سمجھتے ہیں؟

ایک باپ کو اپنے بیٹے سے بے پناہ محبت ہوتی ہے۔ وہ ساری زندگی اسے پالتا ہے۔ اس محبت میں کوئی کلام نہیں، کوئی خشک نہیں لیکن باپ کا نفس دیرے دیرے اس محبت کو قبضے میں بدل ڈالتا ہے اور وہی باپ اپنے بیٹے کو اپنی ملکیت سمجھنے لگتا ہے۔

اگر یہی جیٹا اپنے باپ کو کسی دن اچانک قہقہہ مار دے تو اب محبت کہاں ہے؟ یہ باپ کی نفس کی محبت کی بات ہو رہی ہے ایک باپ کا نفس یہ بھی برداشت نہیں کر سکتا کہ اس کا بیٹا اسے قہقہہ مارے۔ اگر ایسا ہوا تو باپ بیٹے کا رشتہ ختم ہو جائے گا۔

یہاں قصود یہ نہیں کہ باپ وہ قہقہہ چپ چاپ کھالے۔ ایسا عقلی طور پر ممکن نہیں ہے۔ مثال کا قصود صرف محبت میں فطری محبت میں نفس کی ملاوت اس کا قبضہ دکھاتا ہے۔



نفس کی دنیا کچھ لو کچھ دو کے اصول پر چلتی ہے give & take کا معاملہ ہے۔ اگر نفس اپنی اولاد کی پرورش کرتا ہے تو بدلے میں اُس سے سو فیصد اطاعت fatal obedience مانگتا ہے۔ تا فرماں اولاد کسی کو پیاری نہیں ہوتی۔ تا فرماں تو دور کی بات نفس انسان اپنی اولاد کا معمولی اختلاف بھی برداشت کرنا اپنی توہین سمجھتا ہے۔

ہمیں اولاد اس لیے دی جاتی ہے کہ ہم اُس کی اچھی پرورش کر کے اسے دنیا کی دہر human race میں شامل کر دیں پھر اگر وہ ہماری خدمت کرے تو سبحان اللہ اگر نہ کرے تو وہ جانے اُس کا خدا جانے۔ مگر ہم ایسا نہیں کرتے ہم اپنی اولاد کے ساتھ جینا شروع کر دیتے ہیں۔ یہاں تک بھی کوئی برائی نہیں مگر یہ جینا ہماری زندگی کا آخری مقصد بن جاتا ہے یہاں سے ساری بات بگڑتی ہے۔

نفس کی جبلت ہے کہ یہ تقابل comparison کرتا ہے۔ امارہ اور لوامہ صرف اندر نہیں باہر بھی کام کرتے ہیں۔ ہم لوگوں پر حکم لگاتے ہیں انہیں judge کرتے ہیں۔ نفس چونکہ اپنا سب سے بڑا اندر ہے اس لئے وہ دوسروں کا جب باہری دنیا میں خود سے موازنہ comparison کرتا ہے، جب دوسرے کو دیکھ کر اپنا تجربہ یہ analysis کرتا ہے تو ساری زندگی مسخ ہو کر رہ جاتی ہے۔

یہی تقابل comparison کی وہ فطرت ہے جس سے حسد نفرت، انتقام بغض کہنے اور ناجائز تنکرائی جیسے بے شمار غصیٹ پادلوں کی شافیں پھوٹتی ہیں۔ یہ بہت بڑا پتھر ہے۔۔۔ اپنے اندر کی دنیا میں آباد سوسنات میں اتریں اور دیکھیں آپ اپنی جان و مال، اپنی سچائی واپی چیزوں سے رشتوں ناطوں سے کتنے بندھے ہوئے ہیں۔ کس قدر شدت سے attach ہیں۔ اپنی وابستگی یہ attachment چھوڑ دینا آپ کو کسی صورت قبول نہیں ہے۔

آپ کو اپنے اندر جو بھی شے جو بھی احساس "میرے" کا دکھائی دے اسے پرے دھیان سے دیکھیں۔ آپ کی فطرت قابض possessive ہے اور اس قابض فطرت کو possessive nature کو پالنے کیلئے آپ کو ظلم و نا انصافی اور تشدد violence & torture سے بھی کام لینا پڑتا ہے۔ ہم سب اپنی اصلیت میں حاسد Jelous ہوتے ہیں۔ بات کا خود ہمیں احساس نہیں ہوتا کہ ہم کتنی گہرائیوں میں جا کر ایک حاسد ہیں۔ ہمارے نفوس اپنی فطرت میں حاکم ہیں dominant ہیں۔

سمجھنے کی کوشش کرتے ہیں۔۔۔ ہم خود سے متعلقہ ہر شے، ہر جذبہ، ہر رشتے کو اپنی محدود عقل limited thought سے دیکھتے ہیں۔ خود سمیت ہم نے اپنے ذہن میں ہر شے کا ہر شخص کا ایک بت idol۔۔۔ ایک تصویر image کی شکل میں بنا رکھا ہے۔ ہم اس شخص یا شے کو سامنے آ جانے پر اسی تصویر image کی نظر سے دیکھتے ہیں۔

مثال کے طور پر جب کسی کی بیوی اس کے سامنے آتی ہے تو بیوی کا سارا اڑنا شور ہر کے ذہن میں پہلے سے موجود ہے۔ شوہر اس عورت کو اپنی بیوی کے تصور image سے جانتا ہے۔ مرد اپنی بیوی سے معتبر ہے، نہ یادہ عقلمند ذہن اور نہ یادہ طاقتور ہے۔ وہ حاکم ہے۔۔۔ یہ سب معلومات شوہر کے ذہن میں پہلے سے موجود ہیں۔

وہ اسے اپنی ملکیت سمجھتا ہے own کرتا ہے۔ اس کے خیال میں اگر وہ اپنی بیوی کیلئے اتنی محنت کرتا ہے اسے محبت اور عزت دیتا ہے تو بیوی کو بھی جواب میں اس کی خدمت کرنی ہے۔ اسے عزت کے مقام پر رکھتا ہے، زندگی کے سفر میں اسے ایک رہنما ایک حاکم مانگا ہے اور گھر میں اس کی حکومت کو تسلیم کرتا ہے۔ اس مسئلہ پر فائز رہنے کیلئے انسان کئی روپ بدلے۔ نرم مزاج سلجھے ہوئے اور understand کرنے والے ایک اچھے شوہر کے مالک کے پیچھے اصل میں کون چھپا ہوا ہے؟

اگر بیوی شوہر کو محبت اور عزت نہیں دیتی۔ اُس کی حکمرانی کو تسلیم نہیں کرتی تو وہ  
 مزاحمت resist کرتا ہے۔ اُسے اپنی خود سمانت سلطنت میں اپنا وجود قائم رکھنے کیلئے ہر  
 صورت اپنے مطالبات کو منوانا ہوتا ہے۔ یہ قابض فطرت possessive nature ہے۔  
 احساس حاکمیت sense of domination ہے۔ دوسری طرف بیوی بھی  
 یہی کھیل کھیلنے میں مصروف ہے۔ ہم سب ایک دوسرے کے ساتھ اسی طرح کھیل رہے  
 ہیں۔ اپنی عزت نفس self respect کو توین blasphemamy سے بچانے کیلئے ہم  
 دوسروں کی عزت کرتے ہیں۔

ہم حاکم ruler کیوں ہونا چاہتے ہیں؟ ہم ہر شے پر قبضہ کیوں جمانا چاہتے ہیں؟ کہیں اس  
 کی وجہ یہ تو نہیں کہ ہم تنہائی سے خوفزدہ ہیں اس لئے تنہائی سے بھاگ کر ہم اپنی دنیا بنانے  
 میں مصروف ہو گئے ہیں؟ ملکیتیں اکٹھی کر رہے ہیں۔۔۔ اللہ نے یہ سب ہمیں صرف  
 آزمائش کیلئے دیا ہے اور ہم اس کو اپنا سمجھ بیٹھے ہیں۔۔۔

اگر انسان اپنے نفس کو مہذب اور تعلیم یافتہ کر لے تو یہ تمام جبلیات instincts دھیرے  
 دھیرے متوازن balanced ہونے لگتی ہیں۔ وہ زندگی پہلے کی طرح ہی گزارتا ہے مگر  
 اس کی بلند عقل higher intellect اُسے بتا چکی ہوتی ہے کہ یہ سب عارضی  
 temporary ہے۔ یہ سب اُس کا ہے مگر اُس کا نہیں ہے۔ یہ پرایا مال ہے اس کو  
 استعمال کرنے کا سارا حساب دینا پڑے گا۔

پھر زندگی اپنی حدود میں رہنے لگتی ہے۔ اپنی وابستگیاں attachments باقی تو رہ جاتی  
 ہیں لیکن نفس کی ان پر گرفت کمزور ہو جاتی ہے۔ یہ کچے دھماگے نوٹے لگتے ہیں اور انسان  
 آزاد ہونے لگتا ہے۔ یہ کام کوئی شک نہیں بہت مشکل ہے مگر اس کی جزا اس کا reward  
 اتنا بڑا ہے کہ سمجھا جائے تو اس کام کی مشکل کوئی مشکل نہیں رہ جاتی۔

موتی جب دنیا چھوڑتا ہے تو اس کا مطلب یہ ہرگز نہیں کہ اس نے ہر شے سے اپنا نامہ توڑا ہے۔ ایسا تو منہ دہ کرنا ہے، دیوانہ یا پاگل کرتا ہے۔۔۔ اللہ کا دوست تو اندر کی دنیا سے وابستہ یاں کم کرتا ہے۔ جب من کی دنیا پاک ہوتی ہے تو باہری دنیا خود بخود نکھرنے لگتی ہے۔ زندگی کی خوبصورتی اس کے درشتے نامے ہیں مگر پاگل پن کی حد تک ان سے محبت اللہ کی دوری ہے اور یہ دوری انسان کو جانور سے بدتر بنا دیتی ہے ایک ایسا جانور جس کی زندگی کا مقصد صرف اور صرف اپنی ذات کی پرورش ہے۔

اَفَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ الْاِلٰهَ هَوَا۟ وَاَخْلَصَ اللّٰهُ عَلٰى عِلْمِهِ وَخَصَّ عَلٰى تَخَوُّهِ  
وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ عَلٰى بَصَرِهِ غِشَاوًا فَمَنْ يَهْدِيْهِ يَوْمَنْ يَغِيْبُ اللّٰهُ اَفَلَا تَذَكَّرُوْنَ ۝  
کیا تو نے اسے بھی دیکھا؟ جس نے اپنی خواہش نفس کو اپنا معبود بنا رکھا ہے اور باوجود کچھ  
لوگوں کے اللہ نے اسے گمراہ کر دیا ہے اور اس کے کان اور دل پر مہر لگا دی ہے اور اس کی آنکھ  
پر بھی پردہ ڈال دیا ہے اب ایسے شخص کو اللہ کے بعد کون ہدایت دے سکتا ہے۔

(23.44)

لکھنا اپنی خواہش کو ہی سب سمجھیں کیونکہ نفس انسان کی ایک خواہش ہے جس میں باقی  
ساری خواہشات پنپ رہی ہیں اور وہ خواہش وابستگی attachment ہے۔۔۔ اور  
انسان کا سب اسے انہیں وابستگیوں سے آزاد کرنا ہے۔

☆☆☆☆☆☆

## خوف

## Fear

خوف کی اصل لاطینی ہے۔ خوف ہمیشہ ماسوا unknown کا ہے۔ خوف ایک جذبہ ہے۔ ایک سنسناتا ہوا احساس جو نفس کے عدم تحفظ insecurity کے جذبے کو بھڑکاتا ہے۔ خوف نفس کے تحفظ کو لگا کر ہے challenge ہے۔ نفس اس سے خائف ہے، مفرور ہے۔ خوف بذات خود کوئی شے نہیں بلکہ یہ ہمیشہ کسی شے کا ہوتا ہے۔ کل جولہ ۲۰ چکا کہیں آج یا کل دوبارہ نہ ہو جائے۔۔۔ یہ خوف ہے۔ گزرے ہوئے کل میں ہمیں جو تکلیف ہوئی تھی اُس تکلیف کی یادداشت memory ہمارے دماغ میں محفوظ ہے اور ہم نہیں چاہتے کہ یہ کل دوبارہ ہم پر آئے۔

ماضی میں جو تکلیف ہو چکی ہے اُس کے بارے میں سوچنا خیال کو دعوت دیتا ہے وہ خیال وہ thought جس میں گزرے ہوئے کل کی یادداشت محفوظ ہے۔ اس لئے یہ خیال thought ہے جو خوف دلاتا ہے اور سوچ thinking خوف کی پیداوار بڑھاتی ہے اس کی آبیاری کرتی ہے۔ خوف کو جس نے سمجھ لیا اُس نے خوشی کو بھی جان لیا۔ کوئی یہ نہیں کہہ سکتا کہ مجھے صرف خوف ہے اور کوئی خوشی نہیں۔

اسی طرح کوئی یہ نہیں کہہ سکتا کہ میں نے صرف خوشی کو دیکھا ہے کبھی خوف کو نہیں دیکھا۔ خوف اور خوشی ایک ہی سکے کے دو رخ ہیں۔ فرق صرف اتنا ہے کہ خوشی happiness کی سوچ اس خیال کی حامل ہے کہ کل یہ خوشی ملی تھی کاش آج دوبارہ ایسا ہو جائے۔۔۔ امید باری، بچتا ہوا، عدم تحفظ کا احساس، محبت، عبادت، کچھ حاصل کرنے کی بے چین ترن، کامیابی اور ناکامی، زندگی اور موت یہ سب خوف کی ہی اشکال ہیں۔

خیال خوف کی جڑ root ہے اور خیال وقت ہے thought is time۔ گزرے ہوئے کل کے خیال میں خوشی اور خوف ہے۔ اگر گزر چکے کل میں خوشی تھی تو خیال اس کا اعادہ repetition کرے گا۔ اُسے آگے بڑھائے گا اُسے خوف ہوگا کہ کہیں یہ خوشی ختم نہ ہو جائے اور اگر گزرے کل میں درد تھا دکھ تھا تو اس کو نظر انداز avoid کرنے کا ہر خیال خوف ہے۔

اگر کل کر بات کہنی ہو تو دکھ اور سکھ دونوں میں خوف ہے۔ دکھ کے پلٹ آنے کا اور سکھ کے پلٹ جانے کا خوف۔ راز یہ کہ سوچ اور خیال بذات خود خوف نہیں جیسے سوچ اور خیال مذہب یا عقیدہ نہیں ہیں۔ سوچ بذات خود کچھ بھی نہیں سوچ سے یہ سب کچھ پھوٹا ہے پیدا ہوتا ہے Thought is the womb of the fear۔

جو پروسس لکھ دیا ہے اگر اسے محض ایک آئینہ یا کے طور پر نہیں بلکہ اعلیٰ عقل استعمال کرتے ہوئے ایک حقیقت fact کی حیثیت سے خوف کو سمجھ لیا جائے تو خوف کا انت نوٹ جائے گا۔ صرف علم ہی خوف کا خاتمہ کر سکتا ہے۔۔۔ فور کیجے کیا لکھا گیا ہے۔۔۔ خوف ختم ہونے کا کیا مطلب ہے؟ خوف کے اندر اتر کر دیکھتے ہیں کہ کس کی اس بھانک بھلت کے ہانے ہانے کہاں تک پہنچے ہوئے ہیں۔۔۔ پہلے بھی لکھا جا چکا کہ انسان کو موت کا شعور ہے اس کا مطلب یہ کہ موت کا خوف ہے۔

موت زندگی کے رازوں میں بہت بڑا راز ہے جس کا بھید نہ کوئی کھول سکا اور نہ یہ بھی کسی سے کھلے گا۔ یہ خوفِ نفس کو ہر لحظہ بے چین رکھتا ہے۔ یہ قائم فیکٹر کے طور پر کام کر رہا ہے۔  
”وقت بہت کم ہے گا چاہے انسان کو دیوانہ وار سرگرداں کئے ہوئے ہے۔“

موت کیا ہے؟ یہ کس کو آتی ہے؟ کون مرتا ہے؟ کیا جسم مرتا ہے؟ ذہن یا حواس؟  
کیا سب کچھ جو انسان میں موجود ہے مرتا ہے؟

موت کی اصل تو اللہ رب العزت ہی جانتا ہے۔ علم سے جو ادراک حاصل ہوا اس کا بیان صرف اندازے کے لیے ہے اس سے زیادہ جاننے کی طلب سوائے لالچ کے اور کچھ نہیں اور نہ ہی اس سے کچھ حاصل ہے۔ موت کا سچ جاننے کیلئے انسان کو مرتا پڑتا ہے۔۔۔

موت کئی طرح سے ہے۔ اس کا ایک وجود نہیں ہے۔ موت انتقال ہے transfer ہو جانا ہے کسی ماسوائے unknown کی جانب کوچ کر جانا ہے۔ بے شک جسم کو موت ہے مگر خود جسم کو اس کا کوئی ادراک نہیں ہے۔۔۔ جسم تو زندہ حالت میں بھی یہ نہیں جان سکتا کہ وہ زندہ ہے یا مردہ۔

یہ تو ذہن کو علم ہے کہ جسم زندہ ہے۔ اپنی اصل میں اپنی actuality میں جسم باہری وجود کے طور پر ایک مادہ ہے ایک matter ہے اس لیے مردہ dead ہے۔ اس کے حواس کی موت اس کی موت ہے۔ سینسز کا مستقل بند ہو جانا جسم کی ایکسپائریشن expiry ہے۔ جسم زندہ یا مردہ دونوں حالتوں میں باہری طور پر بے سکون ہے۔

جسم اور حواس کی موت کے ساتھ ایک تیسری موت ہے جو کہ ذہن mind کی ہے۔ اس کی دو صورتیں ہیں۔ پہلی صورت میں اعصاب اور اعضاء کے فیوز fuse ہو جانے سے جسم کے اندر شدید ترین حالت کی تکلیف پیدا ہوتی ہے۔ یہ ساری تکلیف یہ بے پناہ ذہن کو ہی جھیلنا ہے کیونکہ وہ حواس کی بدولت جسم سے رابطہ قائم کیے ہوئے ہے۔

اس قدر شدید تکلیف چونکہ ذہن نے پہلے کبھی نہیں دیکھی ہوتی۔ یہ اس کی برداشت کے پیمانوں سے ماوراء ہوتی ہے اس لیے جب یہ تکلیف یہ بے پناہ اذیت اپنے انتہائی درجات کو چھو لیتی ہے تو موت death کا عمل شروع ہو جاتا ہے۔ ذہن انسان کی سیکرٹی رلی security کی جہلت ٹوٹ جاتی ہے breach ہو جاتی ہے۔ اب انتقال شروع ہوتا ہے۔ یہ نفس کا انتقال ہے۔۔۔ ڈیٹا ٹرانسفر شروع ہو جاتی ہے۔۔۔ یادداشت memory کو اٹھایا جانے لگتا ہے۔۔۔ اب ڈاؤن لوڈنگ downloading نہیں۔۔۔ اپ لوڈنگ uploading کا وقت آ گیا۔

ہر یاد کا رشتہ یا دداشت سے ٹوٹنے لگتا ہے letting go کا پروسس شروع ہو جاتا ہے۔ میری ہر شے ختم ہو رہی ہے، میرے بچے، ماں باپ، بیوی، گھر، دولت، میری شخصیت ہر شے اندھیرے میں جا رہی ہے، میری یادداشت سے نکل رہی ہے، ڈیلیٹ ہو رہی ہے مٹ رہی ہے، میری یادداشت ختم ہو رہی ہے۔ میں ختم ہو رہا ہوں، میں مٹ رہا ہوں، قتا ہو رہا ہوں۔۔۔

نفس کی موت شعور کا مٹ جانا ہے اور ہمارے نفس اس ٹرانسفر transfer سے سخت ترین رشتہ میں ہوتے ہیں۔ یہ ماسواء unknown کا خوف ہے۔ موت سب سے بڑا ماسواء ہے۔۔۔ سب سے بڑا unknown ہے اور یہی انسان کا سب سے بڑا خوف ہے۔ وہ ایسے جہان realm میں جانے سے خوفزدہ ہے جس کے بارے میں وہ کچھ نہیں جانتا۔ سارے خوف اسی خوف سے نکلتے ہیں اور اسی میں واپس ہوتے ہیں۔ جو نفس مطمئن نہیں اس کی موت پر اللہ اس پر رحم فرمائے۔ اللہ ہم سب پر رحم فرمائے۔ انسان ساری زندگی اس خوف سے کھیلتا ہے۔۔۔ جی ہاں کھیلتا ہے، انسان کبھی نہیں چاہتا کہ اس کا خوف ختم ہو جائے۔۔۔



نفس بہت عیار ہے اسے پتا ہے کہ جس لمحے یہ خوف ختم ہو گیا سارا کھیل ختم ہو جائے گا، زندگی ختم ہو جائے گی۔ نفس کبھی ماننے کو تیار نہیں ہوتا کہ اُس کی زندگی ختم ہو جائے گی کیونکہ اس زندگی کے سوا نفس کے پاس اور کچھ نہیں ہے۔ کم علم نفس کیلئے موت کا خوف کبھی ختم نہیں ہوتا۔ اس کا یہ خوف اس وقت ختم ہوتا ہے جب موت سامنے آ جاتی ہے۔ موت کا آ جانا ہی موت کے خوف کا ختم ہو جانا ہے۔۔۔ یہی وجہ ہے کہ نفس موت سے ہر حال میں گریزاں ہے، خائف اور بیزار ہے۔

It is not the fear of death, It is the fear of known life coming to an end. The 'you' as you know yourself, the 'you' as you experience yourself. that 'you' does not want to come to an end!

خوف کو ایک ہتھیار کے طور پر بھی برتا جاتا ہے۔ دوسرے کے خوف کو ابھار کر اسے اطاعت پر مجبور کیا جاتا ہے۔ اس کی بہت مثالیں ہیں جیسے ایک قوم دوسری قوم کو جنگ کا خوف دلاتی ہے اور جیسے رہزن موت کا خوف دلا کر دوسرے کا مال لوٹتا ہے۔ اگر خواہش بہت کم رہ جائے۔۔۔ صرف اتنی جس قدر زندگی گزارنے کو کافی ہو جائے۔۔۔ تو یہ خوف اللہ کی بے پناہ مہربانی کے طفیل موت سے پہلے ختم ہو جاتا ہے۔۔۔

موت کی تکلیف سے ڈرنا، اور موت  
بغیر مر جانے سے ڈرنا، دو امور ہیں

أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ۝

خبردار! بے شک جو اللہ کے دوست ہیں، ان کو خوف ہے اور نہ وہ غمگین ہوں گے۔

(یونس 62)

خواہش کو اپنی دانگی کو ختم کرنا ہی اپنی اصل میں موت ہے۔ اپنی زندگی میں جو نفس اپنی غیر ضروری، حد سے بڑھی ہوئی اور ناجائز وابستگیوں attachments سے دستبردار

ہونے لگتا ہے وہ زندگی میں ہی موت کو پا لیتا ہے۔ اُسے زندہ حالت میں رلا کر قلم کر دیا جاتا ہے۔ موت خواہش اور وابستگی کے قطع ہو جانے یا پھر کر دیئے جانے کا نام ہے۔ اس سے پہلے کہ اللہ خواہش کی ذور کاٹنے کا ش انسان خود اپنے جیتنے ہی اسے قطع کر دے۔ یہ بہت بڑی مراد ہے، یہ بڑے نصیب کی بات ہے۔ اللہ بے نیاز ہے جس کو چاہے بے حساب دیتا ہے۔ پوری تو ہمت میں نہیں مگر اپنی زندگی کی آدمی خواہشات کو بھی اگر چھوڑ دیا جائے اور اور اپنی وابستگیوں attachments کی حقیقت کو جان کر ان سے ذرا ساقا صلہ پیدا کر لیا جائے تو زندگی اس دنیا میں ہی جنت میں گزرنے لگتی ہے۔

اللہ سب کو توفیق عطا فرمائے۔ آمین۔

☆☆☆☆☆☆

## بے چینی، دباؤ اور پریشانی

### Anxiety, Depression and Stress

قرآن پاک نے انسان کو "عجولاً" کے نام سے پکارا ہے یعنی جلد باز anxious۔

وَيَذَعُ الْإِنْسَانُ بِالْإِنْسَانِ دُغَاءً ۚ بِالْخَيْرِ وَالْإِنْسَانُ عَجُولٌ ۝

اور انسان برائی مانگتا ہے جس طرح وہ بھلائی مانگتا ہے،

اور انسان جلد باز ہے۔

(بنی اسرائیل 11)

جلد باز کسے کہتے ہیں؟ وہ جو ہر کام کا رزلٹ فوراً چاہتا ہے۔ نفس انسان کی یہ انتہائی پر اسرار  
فطرت ہے۔ یہ فوری نتیجہ instant result مانگنے والا ہے۔ اللہ ابدی ہے اُسے کوئی  
جلدی نہیں ہے وہ جانتا ہے کہ کیا ہونے والا ہے۔

انسان فانی ہے، یہ نہیں جانتا کہ آگے کیا ہونے جا رہا ہے اس لیے اسے ہر کام کو کم ہوتے  
وقت کے خوف سے جلد از جلد پایہ تکمیل تک پہنچانا ہے۔ اسے جلدی ہے اور اس جلد بازی  
کے ہاتھوں یہ بے چمن anxious ہے۔ جس دن سے انسان نے ہوش سنبھالا ہے یہ بے  
چمن اور پریشان ہے۔

پریشانی چھپائے رکھنے کا عادی ہے۔ اشد ضرورت پڑنے پر ہی اپنی فکر کو میاں کرتا ہے۔ ہر وقت اپنی فکر اور پریشانی کو چھپائے رکھنے کی کوشش کے نتیجے میں اسے ہر لمحہ بڑھتے ہوئے اندرونی دباؤ کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ نظر انداز suppress کسی بھی احساس کو کیا جائے تو وہ stress کہلاتا ہے۔ بار بار احساس کو بے چینی کو دبانے سے دباؤ پیدا ہوتا ہے جس کی انتہائی حالت کو ڈپریشن کہا جاسکتا ہے۔

اس بے چینی کو ڈپریشن تک لانے میں آج کل سب سے بڑا ہاتھ بدلتے وقت کا ہے پہلے ڈپریشن بہت ہی خال خال ہوتا تھا۔ عام طور پر لوگ بے چینی ہوا کرتے تھے۔ اب لوگوں کا پردہ باقی نہیں رہا۔ سارا دن ساری رات سوشل میڈیا، ٹی وی، انٹرنیٹ کی لامحدود دستیابی سے یہ چھپا ہوا آتش فشاں دھماکے سے پھٹ چکا ہے۔ اس بات کوئی شک نہیں ہے کہ ہم اس دور میں داخل ہو چکے ہیں جب اینگڑا بچی، ڈپریشن ہر دوسرے انسان کو اپنا نشان بنا چکا ہے۔ لوگوں کو ہنستا ہوا، چلتا پھرتا دیکھ کر دھوکا کھانے کی بجائے غور سے ان کا مشاہدہ کریں۔

ہر ایک بیمار ہو چکا ہے جسمانی طور پر بھی اور نفسیاتی طور پر بھی۔ جس معاشرے میں یاد خدا، تلاش خدا اور محبت خدا ازمانہ قدیم کی کوئی بات لگتی ہو وہاں آپ کو تارل لوگ نہیں بلکہ ہمارے انسان zombies دکھائی دیں گے۔ اپنی خواہش کے درخت سے آکاش بیل کی طرح چٹنے ہوئے صرف سطحی superficial زندگی گزارنے کے عادی لوگ۔

بہت سے لوگ اپنی بے چینی، اپنے ڈپریشن پر خول mask چڑھا لیتے ہیں۔ اپنے نفسیاتی ظلمان و عوارض پر ساری زندگی کامیابی سے پردہ ڈالے رکھتے ہیں اور اپنے تئیں مطمئن ہوتے ہیں انہیں کوئی نہیں پہچانتا لیکن دیکھنے والے خوب دیکھ لیتے ہیں کہ پردے کے پیچھے کیا ہے؟

بے چینی، دباؤ اور پریشانی

## Anxiety, Depression and Stress

قرآن پاک نے انسان کو عجولاً کے نام سے پکارا ہے۔ یعنی جلد باز anxious۔

وَيَذَعُ الْإِنْسَانُ بِالْغَيْبِ دُعَاءَهُ بِالْخَيْرِ وَكَانَ الْإِنْسَانُ عَجُولًا ۝

اور انسان برائی مانگتا ہے جس طرح وہ بھلائی مانگتا ہے،

اور انسان جلد باز ہے۔

(یعنی اسرائیل 11)

جلد باز کسے کہتے ہیں؟ وہ جو ہر کام کا رزلٹ فوراً چاہتا ہے۔ نفس انسان کی یہ انتہائی پر اسرار

فطرت ہے۔ یہ فوری نتیجہ instant result مانگنے والا ہے۔ اللہ ابدی ہے اسے کوئی

جلدی نہیں ہے وہ جانتا ہے کہ کیا ہونے والا ہے۔

انسان فانی ہے، یہ نہیں جانتا کہ آگے کیا ہونے جا رہا ہے اس لیے اسے ہر کام کو کم ہوتے

وقت کے خوف سے جلد از جلد پایہ تکمیل تک پہنچانا ہے۔ اسے جلدی ہے اور اس جلد بازی

کے ہاتھوں یہ بے چمن anxious ہے۔ جس دن سے انسان نے ہوش سنبھالا ہے یہ ہے

چمن اور پریشان ہے۔

پریشانی چھپائے رکھنے کا عادی ہے۔ اشد ضرورت پڑنے پر ہی اپنی فکر کو مایاں کرتا ہے۔ ہر وقت اپنی فکر اور پریشانی کو چھپائے رکھنے کی کوشش کے نتیجے میں اسے ہر لمحہ بڑھتے ہوئے اندرونی دباؤ کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ نظر انداز suppress کسی بھی احساس کو کیا جائے تو وہ stress کہلاتا ہے۔ بار بار احساس کو بے چینی کو دبانے سے دباؤ پیدا ہوتا ہے جس کی انتہائی حالت کو ڈپریشن کہا جاسکتا ہے۔

اس بے چینی کو ڈپریشن تک لانے میں آج کل سب سے بڑا ہاتھ بدلتے وقت کا ہے پہلے ڈپریشن بہت ہی خال خال ہوتا تھا۔ عام طور پر لوگ بے چینی ہوا کرتے تھے۔ اب لوگوں کا پردہ باقی نہیں رہا۔ سارا دن ساری رات سوشل میڈیا، ٹی وی، انٹرنیٹ کی لاکھ دو دستیابی سے یہ چھپا ہوا آتش فشاں دھماکے سے پھٹ چکا ہے۔ اس بات کوئی شک نہیں ہے کہ ہم اس دور میں داخل ہو چکے ہیں جب اینگلو انٹی، ڈپریشن ہر دوسرے انسان کو اپنا شکار بنا چکا ہے۔ لوگوں کو ہنستا ہوا، چلتا پھرتا دیکھ کر دھوکا کھانے کی بجائے غور سے ان کا مشاہدہ کریں۔

ہر ایک بیمار ہو چکا ہے جسما فی طور پر بھی اور نفسیاتی طور پر بھی۔ جس معاشرے میں یاد خدا، تلاش خدا اور محبت خدا زمانہ قدیم کی کوئی بات لگتی ہو وہاں آپ کو نارمل لوگ نہیں بلکہ نارمل انسان zombies دکھائی دیں گے۔ اپنی خواہش کے درخت سے آکاش تیل کی طرح چمٹے ہوئے صرف سطحی superficial زندگی گزارنے کے عادی لوگ۔

بہت سے لوگ اپنی بے چینی، اپنے ڈپریشن پر غول mask چڑھا لیتے ہیں۔ اپنے نفسیاتی غلبان و عوارض پر ساری زندگی کا سیاسی سے پردہ ڈالے رکھتے ہیں اور اپنے تئیں مطمئن ہوتے ہیں انہیں کوئی نہیں پہچانتا لیکن دیکھنے والے خوب دیکھ لیتے ہیں کہ پردے کے پیچھے

یہ لوگ ہزاروں روپ بدل کر پھرتے ہیں۔۔۔ سکول میں معصوم بچوں پر جسمانی اور نفسیاتی تشدد کے عادی استاد بچوں سے زیادتی کرنے والے بظاہر نارمل دکھائی دیتے لوگ۔ یہی کی زندگی عذاب کر دینے والا خاوند، شوہر کی زندگی جہنم بنا دینے والی عورت، ملازمین کا استحصال کرنے والے کامیاب کاروباری حضرات، عادی مجرم، عادی نشئی، یہ چور ڈاکو یہ رشوت خور، بازاروں میں دھڑا دھڑ جھوٹ بولتے لوگ۔ حکمرانوں کی لوٹ مار کو خاموشی سے دیکھتے ہوئے یہ بے حس لوگ۔

ہم سب اپنی زندگیوں میں کہیں نہ کہیں کسی نہ کسی حوالے سے نفسیاتی امراض کا شکار ہیں۔ مگر ہم ایک دوسرے سے چھپنے کے ماہر ہو چکے ہیں۔ ہم بحیثیت ایک معاشرہ as a society پاگل پن کی انتہائی حد پر پہنچ چکے ہیں جہاں اب حلال حرام، سچ جھوٹ کی تمیز سرے سے ناپید ہو چکی ہے۔ ہمارا مرض کسی کو دکھائی نہیں دیتا۔۔۔ ہم دکھانا ہی نہیں چاہتے کیونکہ ہمیں خود نہیں پتا کہ ہم مریض بن چکے ہیں۔ جہاں ڈاکٹر اور اس کے سامنے بیٹھا ہوا مریض دونوں ہی چور ہوں۔ ایک ٹوٹ کر آیا ہو اور دوسرا اس لٹیرے کو ٹوٹنے کیلئے تیار بیٹھا ہو۔۔۔ اس معاشرے کو آپ کیا نام دیں گے جہاں ہر کوئی دوسرے کو بے دردی سے ٹوٹا کھسوٹ رہا ہے؟

دکھائی کون دیتا ہے؟ وہ جو بے دم اور بے بس ہو کر گر پڑتا ہے۔۔۔ وہ جو چیخ اٹھتا ہے۔۔۔ وہ سب کی نظروں میں آ جاتا ہے۔ اہنگرائی سے ڈپریشن میں وہ جاتا ہے جو تھوڑا سا بھی حساس sensitive ہے، جذباتی emotional ہے، اس کی بے چینی بڑھ جاتی ہے بے قابو ہو جاتی ہے out of control ہو جاتی ہے۔

کسی کی نیند اڑتی ہے۔ کسی کو خوف آنے لگتا ہے۔ کوئی چکر اکر گرتا ہے۔ کسی کا دل گھبرا جاتا ہے۔ کوئی دوسرے کا کوئی وہم کا شکار ہو جاتا ہے۔ پہلے تو دبا جاتا ہے suppress

کرتا ہے۔ جب علامات symptoms سے بڑھتی ہیں تو پھر ہسپتال کو بھانک چکا ہے۔  
 دو تین سال معدہ اور gastric constipation کا ناکام علاج کرنے کے بعد  
 آخر کار پتا چلتا ہے کہ اسے اینکروکائی ڈس آرڈر anxiety disorder ہو گیا ہے۔  
 دماغی مسئلہ پڑ گیا ہے۔ بندے نے ٹینشن لے لی ہے۔۔۔ یہاں سے اعصاب کو سکون  
 دینے والی ٹینڈ آور اور نفسیاتی ادویات کی بھیانک داستان شروع ہوتی ہے۔۔۔

benzodiazepine کے شیطانی چکر میں نیا نیا مرغا پھنستا ہے تو دنیا ہی بدل جاتی  
 ہے۔ سونے سے پہلے ٹینڈ کی ایک گولی اور ساری رات جھولے لال۔۔۔ ساری ٹینشن سارا  
 ڈپریشن سارا insomnia غائب اور بندہ ایک دم ٹھیک۔۔۔ ایک ماہ، دو ماہ، تین ماہ اور  
 کسی کا سال بھی اس بہانے نکل جاتا ہے۔ پھر جب تماشا شروع ہوتا ہے تو پتا چلتا ہے کہ  
 پہلے تو رپر تھا اصل فلم تو اب شروع ہوئی ہے۔ ٹینڈ کی گولی جلدی طبعی دنیا کا ایک ایسا ہیڈور،  
 گھناؤنا اور مکروہ چہرہ ہے جسے نہ کوئی دیکھنے کو تیار ہے اور نہ ہی کسی میں دکھانے کی صحت  
 ہے۔ سکون آور دوائی ایک ایسا بدترین نشہ ہے جو دنیا میں موجود ہر قسم کی نشا آور شے سے  
 زیادہ بھیانک اور مہلک اثرات رکھتا ہے۔ جو بھی لکھا ہے پوری ذمہ داری سے لکھا ہے۔  
 بھروسہ نہیں، شراب، چرس اور افیم جیسے دوسرے تمام قدیم اور جدید نشے اس ٹینڈ کی گولی کے  
 آگے طفلِ مکتب ہیں۔

جس آدمی کو ڈپریشن ہوا ہے panic ہوا ہے، دورے seizures پڑنے لگے ہیں اس  
 کے ساتھ کوئی مسئلہ ہے جسمانی یا نفسیاتی جو بھی مسئلہ ہے مگر یہ حقیقت ہے کہ تمہارا  
 panic کا صاف مطلب یہ ہے کہ جسم اور ذہن خوش نہیں ہیں بغاوت پر اتر آئے ہیں۔  
 مریض کو مدد کی ضرورت ہے کاؤنسلنگ ہوتی ہے۔ اسے خود دیکھ کر یہ دیکھتا ہے کہ اگر  
 مجھ سے ساتھ یہ کیوں ہو رہا ہے؟ آخر اس کی وجہ کیا ہے؟



اب کسی کو بتانے یا پریشان ہونے کی ضرورت نہیں گولی کھاؤ اور مسئلہ بھول جاؤ۔ غینہ کی گولی بڑی کامیابی سے گابا ریسیپٹرز gaba receptors کو تحریک دے دیتی ہے stimulate کر دیتی ہے۔ گابا gaba ایک نیورو ٹرانسمیٹر ہے جس کا کام دماغ brain اور نزدیکی سسٹم کے درمیان پیغام رسانی communication کو قائم رکھنا ہے۔ ڈپریشن اور اسکیزوفرینیا میں اس کمیونیکیشن کی رفتار بہت تیز ہو جانے سے ہر وقت بھائی کیفیت طاری رہتی ہے۔

سانس تیز اور چھوٹی چلنے لگتی ہے جسے عام طور پر سانس کا پھول جانا بھی کہتے ہیں۔ شدید اضطراب، نگہراہٹ پیدا ہوتی ہے۔ بلند پریش بہت زیادہ یا بہت کم ہو جاتا ہے۔ آنکھوں کے آگے اندھیرا اور سر چکرانے لگتا ہے۔

جنگلی، باؤس پریشانی

ہاتھ پاؤں ٹن ہو جاتے ہیں یا ٹھنڈے پڑنے لگتے ہیں جیسی بے شمار علامات پیدا ہو جاتی ہیں جن کی روئنائی manifestation تو جسمانی physical ہے مگر ان کی جڑ root نفسیاتی ہوتی ہے۔ psychological ہوتی ہے۔ ڈپریشن ٹینشن کے مریض میں یہ قائل اور فکائنٹ سسٹم بے قابو ہو جاتا ہے۔ اچانک آن on اور اچانک آف off ہوتا ہے اس کے پیچھے گابا ریسیپٹر gaba receptor ہے جو اس ساری پیغام رسانی کا ذمہ دار ہے۔

نیند کی گولی ایک دھاندلی ہے ایک hack ہے جو گابا ریسیپٹر کو تحریک دیتی ہے۔ یہ گابا کو طاقتور کر دیتی ہے جس کی بدولت قابو سے باہر نکلتی یہ کیونیکیشن اس کے کنٹرول میں آ جاتی ہے۔ ایسا ہوتے ہی مرکزی اعصابی نظام central nervous system کو انتہائی پرسکون آرام دہ احساس ملتا ہے۔ یوں لگتا ہے جسے سب کچھ ٹھیک ہو گیا ہے۔ اسے ہم پلیسیبو انفلکٹ placebo effect کہہ سکتے ہیں۔ یہ سب جھوٹ ہوتا ہے دھوکا ہوتا ہے۔ ایک ماہ سے بھی کم مدت میں دماغ اور جسم اس گولی کے عادی ہو جاتے ہیں محتاج dependant ہو جاتے ہیں۔ پھر مریض کو ہر حالت میں یہ گولی لینا ہی پڑتی ہے۔ اپنے مزاج کے مطابق ایک مخصوص عرصہ کے بعد یہ گولی اپنا اثر کھو بیٹھتی ہے۔ اسے تحریش ہولڈ یا ٹالرنس thresh hold / tolerance کہتے ہیں نتیجہ اس کا یہ کہ مریض کو یا تو گولیاں بڑھانی پڑتی ہیں یا پھر ان کی طاقت میں اضافہ کرنا پڑتا ہے۔

چھ ماہ سے زیادہ عرصہ مستقل نیند کی گولی لینے والے افراد کا مزاج مکمل طور پر تباہ ہو جاتا ہے۔ خاص طور پر حساس اور جذباتی افراد میں غصہ، چڑچڑاہٹ، دہشت، ہر وقت موت کا خوف، معدے کے تمام مسائل، بے خوابی، خودکشی کے خیالات جیسی دیگر تمام علامات

مسودہ ہو جاتی ہیں اور پھر انجام کار ایسے مریض کو ایفنی ڈپریشن antidepressants پر لگا دیا جاتا ہے۔ ایفنی ڈپریشن ادویات کے فیوض و برکات پر بات کرنے کی یہ کتاب متحمل نہیں کہ طوالت بے پناہ بڑھ جائے گی۔ ہر وقت ہاتھ دھو رہنا، ہر وقت رونا، تجھیں مارنا، شیزوفرینیا، ان دیکھی مخلوقات اور مردوں سے ہوش اور خواب میں ملنا ان سے باتیں کرنا، خودکشی کے خیالات۔۔۔ یہ ایفنی ڈپریشن ادویات ایک مکمل پاگل پن کی طرف انسان کو لے جانے کیلئے بنی ہیں۔ عارضی آرام temporary relief کے سوا ان کی کوئی حیثیت اور حقیقت نہیں۔

آج کے میڈیکل سسٹم کیلئے شرم سے ڈوب مرنے کا مقام ہے اور ہمارے سوچنے کیلئے عبرت ہے کہ ایک ایسی دنیا ایک ایسا معاشرہ جہاں شراب، ہیروئین، چرس اور افیم پینے پر بیچنے پر پابندیاں بھی ہیں اور ایسا کرنے والے لوگوں کو کبھی قبول بھی نہیں کیا جاتا۔ وہاں سب سے بھیا تک نشہ المیہ وقتی کے سائے تلے قانون کی اجازت سے اور باعزت طریقے سے بیچا بھی جا رہا ہے اور استعمال بھی کیا جاتا ہے۔ اس سے تو بہتر ہے کہ دوسرے نشے بھی قانونی طور پر جائز قرار دیئے جائیں تاکہ بھائی چارے اور مساوات کی فضا میں ہم سب گھل مل کر نشہ کر سکیں۔

کسی ڈاکٹر سے پوچھیں کہ خیندی گولی کا انٹرفوز وڈرال interdose withdrawal کیا شے ہے؟ ہیروئن کے ایک انجکشن سے دوسرے انجکشن کے درمیانی وقفے میں نشہ کرنے والے کا جسم فوتا ہے ہزار علامات پیدا ہوتی ہیں اسے انٹرفوز وڈرال کہتے ہیں۔ یہی معاملہ خیندی گولی کا بھی ہے یہی وجہ ہے کہ خوراک dose بڑھانی پڑتی ہے۔ اگر آپ سلیپنگ ٹیبلٹ لے رہے ہیں تو اس سے پہلے کہ کچھ نہ ہو سکے آپ کو اسے چھوڑنا ہوگا۔

سبب کی وجہ سے دوسرے پریشانی

اس کا وڈ رال انتہائی بھیا تک ہے۔ ہر نئے حتی کہ ہیر و نمین سے چھ مہینے سال میں نہایت مل جاتی ہے مگر نیند کی گولی کا وڈ رال پانچ سال بھی چلتا دیکھا ہے۔ جو نیند کی گولی چھوڑ دے گا اس کا ڈپریشن نارمل ہوتا چلا جائے گا۔

وقت بہت زیادہ بھی لگ سکتا ہے۔ اس کے دو مراحل ہیں۔ پہلا *acute* phase ہے جو تین ماہ سے ایک سال تک چل سکتا ہے۔ اس دوران ڈپریشن پوری شدت سے مریض پر حملہ آور ہوتا ہے۔ بے پناہ خوف کے دباؤ سے گزرتا ہوتا ہے نفسیاتی اور جسمانی دونوں طرف سے بے پناہ اذیت برداشت کرنا پڑتی ہے۔ مگر راز کی بات یہ ہے کہ یہ سب ہرگز جان لیوا نہیں ہوتا *life threatening* نہیں ہوتا۔ (موت تو نہیں آتی جب میرے سب غم کو بھر پر وٹریکلڈ *acute* phase شروع ہوتا ہے اسے گزرتا نسبتاً آسان بخیر ختم ہوتا ہے۔ یہ طویل مدتی مرحلہ ہے مگر دشوار نہیں ہے دھیرے دھیرے ڈپریشن دھیمبا ہونے لگتا ہے۔ یہ بہت بڑا گھن چکر ہے اس سے نکلنے کیلئے مریض کو خود کو ایجوکیٹ *educate* کرنا ہوتا ہے۔ وٹامن B12 اور وٹامن D بھی ڈپریشن کے ذمہ دار ہوتے ہیں ان کا ٹیسٹ لازمی کروالینا چاہیے۔ اگر ٹیسٹ ٹھیکے آئے تو اس کا علاج کرنا چاہئے۔

نیند کی گولی کے علاوہ بہت زیادہ سیکریٹ نوخی اور دوسرے تمام نشے بھی انسان کو ڈپریشن کے جہنم میں پھینک سکتے ہیں۔ اسی طرح کسی کا لائف سائل اگر ٹھیک نہیں ہے۔ اگر زندگی میں گناہ بہت زیادہ بڑھ جائے تو ضمیر *guilt* بھی جی کام کرتا ہے۔ احساس جرم بھی ڈپریشن کا ذمہ دار ہے۔ جو انسان حساس یا جذباتی ہو گا وہ ڈپریشن میں لازمی جائے گا۔ اللہ کی تلاش میں ناکامی بھی بے پناہ ڈپریشن پیدا کرتی ہے۔ کبھی آدمی ایسی دوا بھی رکھتا سر کے بال بڑھاتا ہے اور کبھی چلے کاٹتا، وہ ٹھیکے کرتا ہے۔ سب علم کی کمی کا شائبہ ہے۔

نفس بے چین anxious تھا، ہے اور ہمیشہ رہے گا۔ اسے صرف اور صرف اللہ تعالیٰ کی ذات عظیم ہی ٹھیک کر سکتی ہے۔ کوئی انسان کسی دوسرے شخص کی نفسیات کا علاج نہیں کر سکتا۔

آلَا يَذْكُرُ اللَّهُ تَطَلُّوْنَ الْقُلُوبَ ۝

خبردار! اللہ کی یاد ہی سے دل تسکین پاتے ہیں۔

(الرعد 2)

اگر کسی کو اینگڑا کنی ہے، ڈپریشن ہے تو اسے چاہئے کہ اس کتاب کو پڑھے۔۔۔ اسے مکمل پڑھے اسے پتا چل جائے گا کہ وہ کیسے ٹھیک ہوگا۔ کب ٹھیک ہوگا۔ اینگڑا کنی اور ڈپریشن والوں کیلئے، حساس جذباتی لوگوں کیلئے، سوال کا جواب ڈھونڈنے والوں کیلئے تلاش کرنے والوں کیلئے اس کتاب کا ایک ایک صفحہ انشاء اللہ تریاق ہوگا۔۔۔ اکثر کاروبار رکھے گا۔

نفسیاتی خلجان psychological disorder نفس کی ایک ایسی بنیادی جہلت ہے جو بہت گہرائی تک اس کی جڑوں میں پہنچتی ہے۔ نفس کی حرکات activities ساری کی ساری خود پر مرکوز ہیں self centered ہوتی ہیں۔ ڈپریشن کا مریض اگر اپنا مشاہدہ کرے تو بخوبی دیکھ سکتا ہے کہ وہ اپنی چھوٹی سے دنیا کے محدود تر زاویہ نظر سے دیکھنے پر مجبور ہے۔ میری خوشیاں، میری بیماری، میری تکالیف، میرا ڈپریشن۔۔۔ (اس میں کوئی شک نہ)

یہ حد سے بڑھی ہوئی خود غرضانہ نفسیات کی حرکت selfish activity ہے جو عموماً تو یہ نفس میں بدرجہ اتم موجود ہے مگر ڈپریشن کی صورت میں یہ زندگی کے تمام درجات پر اپنا تسلط قائم کر لیتی ہے۔ اس لیے نفس ہی تمام تر ذہنی خلجان کا psychological disorder کا ذمہ دار ہے۔

وجہ باہر نہیں اندر ہے۔۔۔ دنیا اس کی ذمہ دار نہیں ہے اس کا ذمہ دار میں me ہے۔ پس self ہے ego اتا ہے۔ زندگی کی طرف بہت زیادہ اتا پرست رویہ egoistic attitude، اپنی ذات کی طرف بے پناہ جھکاؤ، اپنی خواہشات کو ہر حد تک جا کر پورا کرنے کی دھن۔۔۔ اگر غربت ہے تو اچھی کوشش کرنے کے ساتھ اللہ کی رضا پر راضی رہنے کی بجائے غربت سے جنگ اور ہر وقت اپنے حالات پر بے بسی کی حالت میں غصوں کرہ زندگی کے ساتھ اتا پرست رویہ رکھتا ہے۔

یہ ایسی زندگی گزارنا ہے جس کا دوسرے سے کوئی تعلق نہیں ہے اور اگر کچھ ہے بھی تو صرف اپنے مفاد، اپنی دلچسپی، self interest کے حوالے سے ہے یا پھر اپنی بھیدری کیلئے ہے۔ خود پر غور کریں کہیں ایسا تو نہیں ہے؟

کسی خوشی یعنی شادی، دولت، اولاد، محبت کا بے پناہ چھپا chase اور اس کیلئے بے حد محنت صرف اس لئے کرنا کہ اس خوشی کے حصول کے بعد سب ٹھیک ہو جائے گا سب مل جائے گا۔ یہ زندگی کے ساتھ اچھے تعلق کی نہیں بلکہ خود غرضانہ تعلق کی نشانی ہے اسی رویے سے ڈپریشن کی علامات جنم لیتی ہیں۔ یہ نفسیات دان، سائیکا لو جسٹ یا سائیکا ٹرسٹ کے بس کی بات نہیں کہ اس بات کو سمجھ سکے کہ بذات خود نفس ہی اس بحرانی کیفیت کی شروعات کا ذمہ دار ہے۔

یہ ایک تلخ حقیقت ہے کہ نفسیات دان یہ سمجھتا ہے کہ سیشنز sessions اور بات کے ذریعے اگر کسی نہ کسی طرح مریض کو دوبارہ سے منظم reorganize کر دیا جائے تو وہ پھر سے دوسرے لوگوں کے ساتھ پہلے جیسی نہ کسی مگر کافی حد تک بہتر زندگی گزار سکتا ہے۔ لیکن ایسا کبھی نہیں ہو سکتا کیونکہ اصل معاملے کو نہ صرف دیکھا ہی نہیں گیا بلکہ اللہ سے دعا

ترغیب، suggestions، سیشنز sessions اور انٹنی ڈیپریشنز anti-depressant کے ذریعے وقتی ریلیف حاصل کر لیا گیا ہے مگر یہ ایسے ہے جیسے درخت کاٹ دیا ہے جڑ ویسے کی ویسی ہے دوبارہ پھوٹنے لگی اور اب کی بار نئی طرح کی دواؤں کو نہیں دکھائی دیں گی۔

کسی کے نفس کو اگر ٹھیک کرنا ہے تو اس نفس self کو علم دینا پڑے گا educate کر ہوگا اور یہ اگر کوئی کر سکتا ہے تو وہ ہے جسے اللہ نے نفس کا علم بخشا ہے۔ وہ سیکلٹ ہے اس کا نام کا اور اس کے سوا یہ کسی اور سے کبھی نہ ہوگا۔ نفس اکیلا خود کو ٹھیک نہیں کر سکتا اس کی فطرت ہی اضطراب انتشار ہے disorder ہے۔ یہ اپنے آپ کو خود اکیلا order میں کبھی نہیں لاسکتا۔ نفس کا علم صرف نفسیات psychology نہیں ہے۔ یہ صرف ایک حصہ ہے۔۔۔

یہ آدھا جسم ہے۔ اللہ کے بغیر، قرآن کے بغیر، رسول کے بغیر، اللہ کی یاد کے بغیر نفس میں وہ کیفیت پیدا نہیں ہوتی جس سے یہ حاصل شدہ علم کو خود پر نافذ apply کر سکے۔۔۔ اسے اپنے علاج کیلئے سرینڈر ہونا پڑتا ہے اطاعت کرنی پڑتی ہے۔ سرینڈر mode ہے ہوشی anesthesia ہے جس کے بغیر یہ خود کو کبھی آپریٹ operate نہیں کر سکتا۔ جو نفس اللہ سے دور ہے اپنے خالق سے اپنے creator سے غافل ہے unaware ہے اس کا کام ہی اس دنیا میں رہتے ہوئے اپنے اور دوسروں کیلئے انتشار، بد نظمی پیدا کرنا ہے disorder بڑھانا ہے فساد کرنا ہے۔

لوگوں کا اس موضوع پر ایک عجیب چلن ہے۔ ایک فریب خوردہ زاویہ نظر ہے deceptive point of view ہے۔ عام طور پر یہ کہا جاتا ہے کہ یہی تو زندگی ہے۔ یہ تو سب کے ساتھ ہوتا چلا آ رہا ہے۔

اسے برداشت کرنا، سہہ جانا اور آگے بڑھ جانا ہی حل ہے۔ We are made so۔  
ایسا ہرگز نہیں ہے یہ صرف خود فریبی ہے اور کچھ نہیں ہے۔ کیا یہ انسان کا مقدر ہے کہ ہر وقت  
ہمسائی اور نفسیاتی اذیت constant agony، ہمیشہ کے تضاد conflict اور دکھ  
sorrow میں زندہ رہے؟

نہیں ایسا کوئی جرم آدم نے نہیں کیا تھا کہ خدا اس کی نسل کو اتنے بدترین مارچے سے گزارتا۔  
خدا ایسا نہیں ہے وہ ہرگز ایسا نہیں ہے۔ یہ ہم ہیں۔۔۔ ہمارے نفوس ہیں جنہوں نے فطرت  
کی آگ سے اس دنیا کو جنم بنا کر رکھ دیا ہے۔ انسان ایسا ہی ہے اس کی فطرت ہی ظالم  
violent اور جاہل arrogant ہے۔ جو جذباتی اور حساس نہیں وہ کامیابی سے چھپ  
جانے میں کچھ دیر کامیاب ہو جاتا ہے۔ مگر ہمیشہ نہیں۔۔۔ ہرگز نہیں۔

ورد جہیلانا suffer کرنا، پریشان ہونا، نفسیاتی عوارض میں مبتلا رہنا، خود سے جڑے ہوئے  
اپنے سے کمزور لوگوں کو اپنی نفسیاتی حالت کے مطابق زندگی گزارنے پر مجبور کرنا اور خود  
سے طاقتور لوگوں کی نفسیات سے مطابقت پیدا کر کے بچنے پر خود کو مجبور کرنا یہ سب ہمیں کس  
نے سکھایا؟ کیا اللہ نے؟ کیا اسلام نے؟ ہرگز نہیں۔۔۔

یاد رکھنے کی بات یہ ہے کہ معاشرہ کلچر یا سوسائٹی کچھ بھی کہہ لیں اسے وجود میں لانے کی  
طاقت صرف آسمانی مذہب میں ہوتی ہے۔ معاشرہ ہمیشہ کسی سچے مذہب سے وجود میں آتا  
ہے۔ مذہب معاشرے کو پیدا کرتا ہے۔ یہ خود بخود پیدا نہیں ہو سکتا۔ نفس منظم اور مربوط  
organize نہیں ہوتا اس لیے نسل انسان بھی آگے نہ بڑھ سکتی۔

یہ تو اللہ ہے جو آسمان سے کتاب اتارتا ہے۔ مذہب بناتا ہے اور مذہب سے معاشرے کو  
بیدا کرتا ہے organize کرتا ہے۔ پھر یہ معاشرہ اسی مذہب کو اسی کتاب کو جس نے  
اسے جنم دیا بدل ڈالتا ہے، نظر انداز کر دیتا ہے۔



ہے مگر یہ بات اور پریشانی  
 اس کے نتیجے میں تضاد conflict ابھرتا ہے۔ کسی بھی معاشرے کے اجتماعی اور انفرادی  
 نفس کے گزرنے کیلئے یہ آئینہ عمل صورتحال ہوتی ہے۔ پھر طویل مدت بعد مسخ شدہ نگارے  
 ہوئے معاشرے کی یہ حالت ہو جاتی ہے جیسی آج ہماری ہے۔ پھر ایسی باتیں کہی جاتی ہیں  
 کہ بے چارگی misery پریشانی، ڈپریشن تو زندگی ہے۔ ایسا ہی ہوتا چلا آیا ہے  
 -We are made so-

نہیں ایسا نہیں ہوتا۔۔۔ ایسا کر لیا جاتا ہے۔۔۔ معاشرہ نفس ہے، سوسائٹی میں اور آپ  
 ہیں۔ جیسے جیسے فرد کا نفس بگڑتا ہے معاشرہ بھی بگڑتا چلا جاتا ہے اور پھر انسان ہر ذلت، ہر  
 غلامی کو مقدر سمجھ کر قبول کر لیتا ہے۔ تکلیف آتی ہے سب کو آتی ہے پھر چلی جاتی ہے۔ وہاں  
 بھی کبھی آ جاتا ہے۔ حالات اور واقعات کبھی کبھی خوفناک مسائل کا روپ دھار لیتے ہیں۔ فلم  
 بھی آتا ہے۔ سب کچھ فطری بات ہے آتا ہے تو چلا بھی جاتا ہے۔ یہ ہمارا مقدر ہے اس  
 سے فرار ممکن نہیں۔

لیکن یہ زندگی بھر کی تکلیف، یہ ہر لمحہ بڑھتا رہاؤ یہ بگڑتے ہوئے حالات کا ختم ہونے والا  
 سلسلہ دن رات چھایا ہوا یہ فلم و اندوہ کیا یہ ہمیشہ کیلئے ہمارا مقدر ہے؟ ایک غلام ذہن تو اسے  
 حقیقت مان سکتا ہے مگر ہر لمحہ بوجھل ہوتی زندگی ایک آزاد ذہن کیلئے بہت بڑا سوال ہے جسے  
 اس کو ہر حال میں حل کرنا ہے اسے مقدر کا ٹکسا کہہ کر قبول نہیں کیا جاسکتا۔

اگر اسے مقدر مان لیا جائے تو سوال ختم ہو جاتا ہے۔ اگر کوئی کہتا ہے کہ میں اسی خرابے میں  
 ہی ٹھیک ہوں I am ok with it۔ تو اسے مزید کچھ تلاش کرنے کی کوئی ضرورت نہیں  
 ہے۔ اس کیلئے کوئی سوال نہیں ہے۔۔۔

ماں جب بچے کو پیدا کرتی ہے تو بے حد خوفناک تکلیف سے گزرتی ہے ایسی تکلیف جس  
 کا اس نے کبھی تصور بھی نہیں کیا ہوتا لیکن کس قدر حیرت کی بات ہے کہ کچھ مدت کے بعد

اس تکلیف کو بالکل بھول جاتی ہے ایسے بھول جاتی ہے جیسی کبھی اس تکلیف کا اس نے سامنا ہی نہیں کیا تھا۔ یہی وہ وجہ ہے جس کی بدولت وہ دوبارہ بچے کو پیدا کر سکتی ہے ورنہ اگر وہ پہلے بچے کی پیدائش پر ہونے والی تکلیف کو نہ بھول سکتے تو دوبارہ کبھی بچہ پیدا نہیں کر پائے گی۔ پھر کیا وجہ ہے کہ ہم اسی طرح اپنی نفسیاتی تکالیف، غم و اندوہ، صدمات کو بھول جانے کی طاقت نہیں رکھتے بلکہ انہیں اپنے اندر سانپوں کی طرح پالتے رہتے ہیں۔ اس بات پر غور و فکر کرنا بہت ضروری ہے اس سے معاملے کی بہت سی چیزیں خود بخود مکمل جاتی ہیں۔ آپ خود سوچیں مشاہدہ کریں۔۔۔ آپ کو ماضی میں کوئی ایسی تکلیف ہوئی ہو جسے جسمانی طور پر برداشت کرنا بہت مشکل ہو۔ آپ دیکھیں گے کہ جیسے ہی وہ تکلیف ختم ہوئی آپ اسے مکمل طور پر بھول گئے۔ ہر لحاظ سے آپ اس تکلیف کو بھول گئے۔

جسمانی تکلیف، بیماری، بیماری دنیا میں پیش آنے والا کوئی بھی واقعہ انسان کو کبھی ہمیشہ ڈپریشن نہیں رکھ سکتا۔ یہ تو ہماری نفسیات psyche ہے جو اسے ذہن میں ایک ماں کی طرح اپنی گود میں پالنے لگ جاتی ہے۔ غور کیجئے اگر صدمات، تکلیف، دکھ و درد زندگی کا تمام حصہ ہیں تو انہیں ہر وقت جاری رہنا چاہئے مگر ایسا نہیں ہے۔ یہ آتے ہیں اور چلے جاتے ہیں ان کے درمیان میں وقت ہوتا ہے جس میں یہ نہیں ہوتے۔ کیا اس وقت اس مدت میں جب کچھ خاص غلط نہ ہو رہا ہو ہم خوش رہتے ہیں؟

کیا ہمارا ذہن ہمارا نفس دکھ کو، ایسے کورنج کو بالکل بھول جاتا ہے؟ کیا جیسے تکلیف کے چلے جانے پر ہمارا جسم body سے ہمیشہ کیلئے بھول جاتا ہے اسی طرح کیا ہمارا نفس self بھی غم کے چلے جانے کے بعد اُسے ہمیشہ کیلئے بھول جاتا ہے؟ ایسا نہیں ہے۔ یہ تضاد ہے conflict ہے۔ جسم بھول جاتا ہے لیکن ذہن یاد رکھتا ہے۔۔۔

ہم اپنی زندگی میں بہت خوفناک حد تک ذاتی ہوتے ہیں personal ہوتے ہیں۔ خاندان کی اپنی زندگی ہے بیوی کی اپنی الگ دنیا آباد ہے۔ ہم میں سے ہر ایک اپنے پسندیدہ طریقہ کار سے اپنے مزاج سے زندگی گزارنا چاہتا ہے۔ ہر شخص اپنی ذات میں جہاں جہاں ممکن ہے وہاں ایک جھوٹا سا فرعون ہے۔۔۔ یہی وجہ ہے کہ رشتوں میں relations میں مزاحمت ہے resistance ہے۔

یہی وہ جگہ ہے جہاں سے اینگوائی بڑھ کر سٹریس اور ڈپریشن میں بدل رہی ہے۔ اس مقام پر رڑکیں غور کریں۔۔۔ کچھ دنوں، کچھ مہینوں یا کچھ سالوں کے بعد رشتوں میں لطف charm ختم ہو جاتا ہے۔ چہروں سے نقاب اتر جاتا ہے اور ہم انک جاتے ہیں stuck ہو جاتے ہیں۔

اس کا وہی بچہ جس کیلئے اس نے بے پناہ تکلیف اٹھائی ہوتی ہے اس کیلئے ایک کھلونا بن کر رہ جاتا ہے۔ اس کی ضرورتوں کا بچے کی ضرورتوں کے ساتھ تضاد پیدا ہونا شروع ہو جاتا ہے conflict کا آغاز ہونے لگتا ہے۔ بچے کی تربیت کے نام پر اسے نفسیاتی استحصال کا نشانہ بنایا جانے لگتا ہے۔ بچے سے بدترین اور کوئی غلام نہیں ہوتا۔ اس وقت اٹھنا ہے، اس وقت سونا ہے، یہ کھانا ہے یہ نہیں کھانا، یہ پہننا ہے یہ نہیں پہننا۔ بچے کو اپنی پسند ناپسند کے حساب سے ڈھالا جانے لگتا ہے۔ قدرت کا ایک نایاب اور خوبصورت پھول مرجھانے لگتا ہے۔

یہ خوں رلا دینے والی وہ حقیقت وہ کرہنک داستان ہے کہ ہم سب کسی نہ کسی صورت جس کے کردار ہیں۔ مناسب روک تھام ضروری ہے اور کبھی کبھار تھوڑی بہت ڈانٹ ڈپٹ بھی ہو جاتی ہے اس سے انکار نہیں مگر ماں باپ کو خبر ہو کہ اسلام میں بچے کی تربیت training کہیں نہیں ہے۔۔۔ تربیت بچے کی نہیں اپنی کرنا ہوتی ہے۔۔۔

جو کچھ میں خود قرآن نہیں پڑھتے ان کے بچے مدرسوں میں قرآن کو ایک رسم کی طرح دہراتے نظر آتے ہیں۔ بچے کے مزاج میں اس کی سائنسی میں علم نہیں ہوتا knowing نہیں ہوتی۔ اس لیے اس کا مشاہدہ اس کی observation بہت تیز ہوتی ہے۔ وہ کچ کا بھی مشاہدہ کرتا ہے اور جھوٹ کا بھی۔۔۔

اگر ماں باپ نیک ہیں اللہ کے ساتھ جڑے ہوئے ہیں۔ ان کا کردار سارے گھر میں ایک نورانی چمک پیدا کیے ہوئے ہے تو انہیں اپنے بچوں کی تربیت کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ بچے خود بخود دیکھ جاتا ہے۔ بچوں کی تربیت میں سب سے زیادہ خود کو دکھاتے ہیں جن کی اپنی تربیت نہیں ہوئی ہوتی۔ آپ اپنی فکر کریں اپنے کردار کو سدھاریں آپ کے بچے خود بخود سدھ جائیں گے۔

ماں اپنے بچے کے ساتھ ایسا اس لیے کر رہی ہے کہ اس کی ماں نے بھی کم و بیش ایسا ہی کیا تھا۔ ہم سب ایسا اس لیے کرتے ہیں ایسا اس لیے جیتے ہیں کیونکہ ہم نے سب کو ایسا ہی کرتے ہوئے دیکھا ہے۔ کیا ایسا نہیں ہے؟

وَاِذَا قِيلَ لَهُمْ اتَّبِعُوا مَا اَنْزَلَ اللّٰهُ قَالُوْا اِنْ كُنَّا اَبْنَاءَ اللّٰهِ لَآتٰیْنَا بِكَ الْخَبْرَ وَكُنَّا عَلٰی كُلِّ شَيْءٍ شٰہِدِیْنَ ۝

اور جب انہیں کہا جاتا ہے کہ اس کی پیروی کرو جو اللہ نے نازل کیا ہے تو کہتے ہیں بلکہ ہم تو اس کی پیروی کریں گے جس پر ہم نے اپنے باپ دادا کو پایا، کیا اگرچہ ان کے باپ دادا کچھ بھی نہ سمجھتے ہوں اور نہ سیدھی راہ پائی ہو؟

(البقرہ 170)

قرآن میں اللہ ایسے لوگوں کا ذکر بہت جگہ کرتا ہے اور پھر کہتا ہے ان کی انبیات پر چوٹ کرتا ہے کہ چاہے ان کے اجداد میں عقل ہی نہ ہو؟ تب بھی وہ ایسا ہی کرتے رہیں گے؟

مختصر

ہم اپنے اعمال کے اپنی زندگی کے جواب دہ ہوتے ہیں ہمیں اسے ٹھیک کرنا ہے۔ ہماری نسلوں میں سے کسی کو تو سوچنا ہے۔۔۔ کوئی تو ہے جو نسل در نسل چلی آتی جاہلیت پر سوال اٹھائے۔ وہ ہم کیوں نہیں ہو سکتے؟ ہم میں سے ہر کوئی صرف اپنی خوشی چاہتا ہے اور اس کے حصول کیلئے وہ اپنے سامنے موجود ہر انسان کو نشانہ بناتا ہے۔ خواہ اس انسان سے اس کا کوئی بھی رشتہ ہو اسی طرح ہم یہ جہالت اپنی آنے والی نسلوں کو منتقل کرتے چلے آتے ہیں۔

جانوروں میں حاکمیت کا جذبہ ہے۔ ایک طاقتور نر اپنے گروہ میں موجود تمام ماداؤں کو اپنی ملکیت سمجھتا ہے۔ جب گروہ میں موجود دوسرے جوان مگر اس سے کم طاقتور نر جانوران ماداؤں کو اپنی طرف ترغیب دینے کی کوشش کرتے ہیں تو وہ نران سے زندگی موت کی قیمت پر جنگ کرتا ہے۔ وہ اپنی جاہلانہ حاکمیت کا تسلسل گروہ کے تمام جانوروں پر ہر حالت میں قائم رکھنے کی پوری کوشش کرتا ہے۔

اسی طرح انسان کی فطرت میں instincts / انقاء کے اوائل میں جانوروں کے ساتھ رہنے کی وجہ سے ان سے بہت ملتی جلتی ہیں اس لئے نفس حیوانی خصائص و جہلیات کا حامل ہے۔ جانوروں میں شعور نہ ہونے کی وجہ سے ان کا معاملہ یہیں تک محدود رہتا ہے جبکہ انسان خود میں موجود بے پناہ ذہنی صلاحیت سے اپنے حیوانی خصائص کو انتہائی جدید advance سطح تک لے آتا ہے کہ عقل کو ششدر کر دینے والے عجیب و غریب تضادات اور انتہائی افسوسناک صدمات وجود میں آنے لگتے ہیں جو آگے چل کر بھیاں تک نفسیاتی عوارض اور بے پناہ ڈپریشن کا باعث بنتے ہیں۔ نفسیاتی ذہنی امراض کی ایک اور بڑی بلکہ بہت بڑی وجہ ہمارے اذہان کی قدیم فطری حالت conditioning ہے۔ ہمارے اذہان حصوں بخروں میں بٹے ہوئے ہیں segmented ہیں۔

سے لگتی ہیں اور پریشانی

ہم اپنی تمام تر چاہت اور کوشش کے باوجود پوری زندگی کبھی بھی بے لوث unconditional نہیں ہو پاتے۔ کنڈیشننگ conditioning کا مطلب سادہ زبان میں ہم دلیل logic بھی لے سکتے ہیں۔ ہمارے اذہان اس قدر منطقی logical ہو چکے ہوئے ہیں کہ ان کی سوچوں کے سلسلے thought patterns کو توڑنا break کرنا ہمارے بس سے باہر دکھائی دیتا ہے۔ میں یہ کروں تو یہ ہوگا۔۔۔ میں کسی کو عزت دوں گا تو عزت ملے گی۔۔۔ ہماری ہر سوچ میں ایک حصہ دلیل logic کا بن چکا ہوتا ہے۔ جب ساری زندگی ہی خود غرضی کا اشتہار بن جائے تو ڈپریشن آنا ایسے ہی لازم ہے جیسے صبح سورج کا نکل آنا۔

سوچ کے پیٹرنز thought patterns کو توڑنا پڑتا ہے اور توڑ کر دوبارہ بنانا پڑتا ہے restructure کرنا پڑتا ہے۔ اس جال سے پرندے کو خود نکالنا ہوتا ہے۔ یہ جال پرندے کا امتحان ہے۔ اگر پرندہ یہ سوچتا رہے کہ کوئی آکر مجھے نکال لے گا تو اسے خبر ہو کہ وہ آنے والا صرف شکاری ہوگا جو اسے اس جال سے نکال کر کسی مستقل قید میں ڈالنے آئے گا اسے نجات دینے نہیں۔۔۔ کم ہمت اور لاطم ہونے کی وجہ سے ہم ساری زندگی سوچوں کے اس جال کو اس pattern کو بدلتے رہتے ہیں modify کرتے رہتے ہیں۔ اسے کبھی توڑنے کی اس سے نکلنے کی کبھی کوشش نہیں کرتے کیونکہ ہم اسے قبول accept کر چکے ہوتے ہیں۔ میں اپنے جال کا خود شکار ہوں۔۔۔ ہم اس بات کو کبھی تسلیم نہیں کرتے۔ ہم ساری زندگی کوشش کرتے رہتے ہیں کہ تکلیف کم ہو جائے۔ ہم اسے برداشت کرنا سیکھ جاتے ہیں۔۔۔ ایسے جینے کی عادت ڈال لیتے ہیں اور اس کے عادی ہو جاتے ہیں۔ ہم کبھی ایسا سوچ بھی نہیں سکتے کہ یہ فساد termoli یہ حقارت کدہ torment کبھی جنت جیسی زندگی میں بھی بدل سکتا ہے۔۔۔

سوسائٹی کو بدلنا، معاشرے کو ٹھیک کرنا، فلاحی کام کرنا یہ سب اچھی باتیں ہیں مگر سطحی superficial ہیں یہ سراب illusion ہے۔ یہ طالع نہیں ہے۔۔۔ ایسا کہنا کہ برائی کی جڑ معاشرہ ہے ایک احمقانہ سوچ ہے utopian thought ہے۔ معاشرہ تو خود آپ سے ہے۔  
 (آئیے خود کو پرچیں، اپنی سوچ کو بدلیں، انکھڑی ساری مشورہ سہی آئندہ شروع کریں۔)

معاشرہ society انفرادی ہوتا ہے individual ہوتا ہے۔ اسے انجمنیت میں collectively تب ہی دیکھا جائے گا جب فرد واحد individual خود کو ٹھیک کرے گا۔ ورنہ سب لا حاصل ہے بے سود ہے۔ کچھ بہتری کچھ وقت کیلئے اور پھر وہی جنگ زدہ افلاس کی ماری زندگی اس دنیا کا مقدر ہوتی ہے۔

ہم سوسائٹی پر انحصار کرتے ہیں کہ وہ ہمیں ٹھیک کرے گی change لائے گی جبکہ سوسائٹی وہ ہے جو ہم نے اسے بنایا ہے۔ اس طرح ہم ایک جال میں ایک trap میں پھنسے ہوئے ہیں۔۔۔ کیا ہم اس جال سے آزاد ہو سکتے ہیں؟ ان سطور کو پڑھنے والے کے ذہن میں اس وقت یہی سوال ہوگا مگر کیا سوال یہ نہیں پیدا ہوتا کہ ہم تقسیم divide کیوں کرتے ہیں۔  
 ”میں اور معاشرہ“۔۔۔ میں ایسا کیوں سمجھتا ہوں کہ معاشرہ اور میں دو الگ حقیقتیں ہیں اور معاشرہ مجھ پر اثر انداز ہو رہا ہے یا ہو سکتا ہے۔ اس خیال کی جڑ میں چھپے دباؤ کو بے پناہ سڑیس کو دیکھیں یہ بہت بڑا تضاد ہے۔

ذہن نے سوچ کو دو حصوں میں تقسیم کر رکھا ہے۔ ایک سوچ معاشرہ ہے اور وہی سوچ خود کو آدھے حصے میں تقسیم کر کے ”میں me“ کو پیدا کر رہی ہے۔ یہ تقسیم کرنے والی سوچ divisiveness ہے۔ یہ دھوکا ہے۔ نفس خود کو self کو کل سے totality سے الگ کر رہا ہے۔۔۔ یہ دوئی ہے یہ duality ہے۔۔۔ یہ جھوٹ ہے اس جھوٹ کے نتیجے میں نفس شدید ترین دباؤ میں ہے۔

معاشرہ ہے۔۔۔ ایسا نہیں کہ society کا وجود نہیں ہے۔ لیکن معاشرہ مجھ سے ہے اور میں معاشرہ ہوں۔ یہ حقیقت ہے۔ میرے بغیر کوئی معاشرہ نہیں ہے۔ یہ کل totality ہے، یہ سچ ہے۔ تقسیم division جھوٹ ہے سراب ہے۔ سکہ ایک ہے اس کے دو ٹکڑے ہیں۔ ایک رخ سچا اور دوسرا جھوٹا ہے۔ اس کا سچ اس کی totality ہے اور اس کا جھوٹ اس کی duality ہے۔ بغیر سکے کے کوئی رخ نہیں ہے۔ سکہ حقیقت ہے اصل ہے۔۔۔ باقی اس کی تفصیل ہے detail ہے۔

یہ اینگروائی ہے، ڈپریشن ہے، سٹریس ہے اگر ہم اسے جان لیں تو ہم اس میں سے نکل جاتے ہیں اور خدا سے تبدل modify کرتے رہتے ہیں اور یہ ہمارا مقدر ہو جاتا ہے۔ ہم گہرائی میں نہیں جانا چاہتے۔ ہم اس مقام سے سخت خوف زدہ ہوتے ہیں We are so frightened۔ ہم نفس کو چیلنج نہیں کرنا چاہتے۔۔۔

جب ایسی صورتحال سامنے آجائے جیسی اس وقت اس صفحے پر آچکی ہے۔۔۔ تو ہم ڈر جاتے ہیں۔۔۔ weird ہو جاتے ہیں۔۔۔ ہمیں لگتا ہے کہ ایسا کبھی نہیں ہو سکتا۔ ہم خود کو بدلنا نہیں چاہتے کیونکہ خود کو بدل ڈالنے کا مطلب ہے سب کچھ بدل جائے گا۔ تب ہم کہتے ہیں کہ ہم تو ایسے ہی بنے ہیں یہی زندگی ہے We are made so۔

نفس کو بدلنا جہاد ہے۔۔۔ سب سے افضل جہاد۔۔۔ اگر یہ آسان ہوتا تو اسے جہاد کہہ بھی نہ کہا جاتا۔۔۔ نفس کی اذیت torture سے گزرتا چونکہ کسی کو نظر نہیں آتا اس لیے اسے نارمل سمجھ لیا جاتا ہے۔ قبول کر لیا جاتا ہے۔ ڈپریشن کے ہر بڑھتے ہوئے حملے کے فوری بعد زندگی میں کچھ ضروری تبدیلیاں کر لی جاتی ہیں modifications کر لی جاتی ہیں۔ یہ سلسلہ اسی طرح چلتا رہتا ہے۔ اپنے ارد گرد دیکھیں کہ لوگ اپنی زندگی کے سرکے شروعات میں کہاں سے چلے تھے، کیسے تھے، چمکتے چہروں والے تو انہیوں سے بھرپور،



مختصر

بہتے کھٹکھٹاتے ہوئے لوگ۔۔۔ آج کس حال میں ہیں؟ پھر اپنے آپ کو دیکھیں آپ کہاں سے چلے تھے اور کہاں پہنچ گئے ہیں۔۔۔ یہ ڈپریشن ہے یہ اینگوائٹی ہے یہ سڑکس ہے۔ یہ لائف فورس کا زوال ہے۔۔۔ یہ وائل فورس کا لاس ہے۔۔۔ یہ زندگی کا سب سے بھیا تک خسارہ ہے۔۔۔

وَالْعَصْرِ ۝ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ۝

قسم ہے زمانے کی۔ بے شک انسان گھائے میں ہے۔

(العصر 1 تا 2)

آپ نے اس دباؤ سے اس ناکامی سے اس خسارے سے بچنے کیلئے کیا نہیں کیا؟ کس قدر قربانیاں دے ڈالیں؟ پھر کیا ہوا؟ ہم سب آج کہاں کھڑے ہیں؟ ایک بار اینگوائٹی کا ہر ہو جانے کے بعد انسان کبھی پہلے جیسا نہیں ہو سکتا یہ ایک fact ہے۔ دوائی کھائے، مذہب کو جائے یا نشے کرے۔۔۔ جتنا زور کسی سے لگتا ہے وہ لگا لے لیکن وہ کبھی اپنی پرانی زندگی میں واپس نہیں جاسکے گا۔

اینگوائٹی نفس کی فطرت ہے اس لیے انسان کیلئے ضروری ہے۔ اینگوائٹی والے لوگ زندگی کی دوڑ سے الگ کر دیے جاتے ہیں اور نہ بھی کئے جائیں تو انہیں خود corner ہو جانا پڑتا ہے۔ جو اپنی اینگوائٹی کو دباتا ہے suppress کرتا ہے اسے نظر انداز کرتا ہے ignore کرتا ہے وہ خود پر بہت بڑا ظلم کرتا ہے۔

بھاگنے سے کچھ حاصل نہ ہو گا۔ مقام شکر ہوتا ہے اس کیلئے جس کو ڈپریشن ہو جائے کہ یہ ایک چانس ہے زندگی کو مکمل طور پر بدل ڈالنے کا۔ یہ انسان کو گہرائی تک لیجانے کیلئے ہے اسے سوچنے پر مجبور کرنے کیلئے ہے۔ ضروری نہیں کہ بیماری ہر انسان کیلئے ایک مصیبت ایک curse ہی بن کر آئے۔

سچائی اور سچائی

بیماری کے بھیس میں رحمت بھی چھپی ہوتی ہے ساری بات وصول receive کرنے کی ہے جو جیسا چاہے اسے ویسا ہی ملتا ہے۔ کچھ لوگ بیماری میں مزید اذیت اور ہت دھرم ہو جاتے ہیں کچھ ڈر کر خوف کے مارے اللہ کو پلٹتے ہیں۔ ساری بات نصیب کی ہے۔ اللہ سے دعا کرنی چاہئے۔۔۔

اور سچائی اور سچائی

جس کو ڈپریشن ہوا ہے جو بیمار ہو گیا ہے اسے سوچنا چاہئے کہ اس کی رہی دراز بھی کی جاسکتی تھی۔۔۔ اُسے ذمیل بھی دی جاسکتی تھی مگر خالق کو اس سے محبت تھی اور وہ چاہتا تھا کہ اس کا بندہ اُس کی جانب پلٹ آئے۔ جس کو ڈپریشن ہے جس کو بیماری ہے اسے فور کرنا ہے یا اسے کیوں ہے؟ اگر وہ اب بھی یہی سوچتا ہے کہ پرانی زندگی میں کسی طرح پلٹ جائے گا تو یہ ممکن نہیں کہ وہ زندگی ختم ہو چکی ہے۔۔۔ تباہ کر دی گئی ہے اور وہ ایسی کے تمام رستے مسدود کر دیئے گئے ہیں۔۔۔ اب اُسے رستہ ڈھونڈنا ہے، ایک نئی زندگی کی بنیاد رکھنی ہے۔ اسے اپنے رب کی طرف رجوع کرنا ہے پلٹنا ہے۔ اُسے تو یہ کرنا ہے repentance کرنی ہے۔ جو اس نے چاہا کر کے دیکھ لیا کہ اس نے اپنی زندگی کو کیا بنا ڈالا۔ اب اسے اپنے خالق creator کی مرضی جاننا ہے۔۔۔

اب اسے یہ جنگ ختم کرنی ہے۔۔۔ ڈپریشن اس بات کا اعلان ہوتا ہے کہ انسان اپنے رب سے ہار گیا ہے اور اپنے رب سے ہار جانے میں مسئلہ کیا ہے؟ یہ تو غور و خجری ہے کیونکہ اللہ دنیا میں سنائی پڑ گئی ہے۔ بد بختی کی انتہا ہوتی۔۔۔ اگر موت کے بعد سنائی دے۔۔۔ مگر اللہ سے ہار جانا۔۔۔ یا جیتے جی اللہ کے آگے سر تسلیم خم کرنا۔۔۔ فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے۔ ہم آج جو بھی ہیں جس بھی حال میں ہیں، اس کا ذمہ دار اور کوئی نہیں بلکہ صرف اور صرف ہم خود ہیں۔ ہماری زندگی کی کہانی لکھنے والا اور کوئی نہیں ہے۔۔۔ اس داستان کے مصنف ہم خود ہیں۔۔۔ اسے ہم نے لکھا ہے۔۔۔

آج اگر آپ کو یہ اختیار دیا جائے کہ آپ اپنی زندگی کو جیسا چاہیں بنا سکتے ہیں تو آپ اسے  
کیسا بنائیں گے؟ ایک پاکردار moral، صاف ستھری خوش گو اور غموں سے آزاد  
زندگی۔۔۔ یا دکھ درد کی ماری، رنج و الم میں ڈوبی ایک عبرت ناک زندگی؟ ہر کوئی خود کو ہنسا  
مسکراتا دیکھنا چاہتا ہے۔

اس کا آغاز آج ابھی اسی وقت سے کیوں نہیں کیا جاسکتا؟ آپ آج اس چٹائے کو اختیار  
کر لیں۔ آپ کی زندگی بدل جائے گی۔ سڑکیں کا نام و نشان تک نہ رہے گا۔ جب آپ  
بدلیں گے تو آپ کے ارد گرد جو دوسری دنیا بدل جائے گی۔  
جتنا جتنا فتنے کو جانتے جائیں گے غیر غموں انداز سے آپ بدلتے چلے جائیں گے۔

☆☆☆☆☆☆

## شک اور عقیدہ

### Doubt and Faith

شک doubt سوال ہے۔ یہ خود کچھ نہیں ہے یہ ہمیشہ کسی شے کا ہے۔ جب یہ پیدا ہے، حرکت میں ہے تو نفس کسی معاملے پر جو درپیش ہے تگی tightness کا شکار ہے۔ شک کسی بھی معاملے میں نفس کی رضا مندی پوری نہ ہونے کا ایک احساس ہے۔ اس کی جڑ ہے گھٹتی میں ہے۔

ہر اطمینان پیدا ہونے سے پہلے شک کی کوکھ میں پلتا ہے۔ اس لیے شک ہر شے میں ہے۔ شک سے خیال میں جو رنگ پیدا ہوتا ہے وہ بدگمانی کا ہے، برا سمجھا جاتا ہے مگر ہے نہیں۔ شک ایک بچاؤ security ہے جسے نفس اپنے مال اسباب، جان، رشتوں، باتوں اور غور سے بڑی ہر شے کی حفاظت کیلئے استعمال کرتا ہے۔ بد قسمتی سے معاشرہ میں شک کو منفی رہے یا احساس سمجھا جاتا ہے جبکہ اپنی اصل میں یہ ہرگز منفی یا مثبت نہیں ہے۔ یہ تو ایک احساس ہے جو کسی بھی کھولنے کو کھرے سے الگ کر کے دکھانے کی صلاحیت سے ماہل ہے۔ یہ تو منفی احساس کو negative feeling کو مثبت احساس positive feeling سے الگ کر کے کھولنے کا نام ہے۔

بلاشبہ اس کا غلط یا درست استعمال ہی اس کے مالک کی ذہنی صحت کا چتا ہے۔ یہ ایک نئے کی مانند ہے جسے چٹے سے باندھے رکھنا ضروری ہے اور ضرورت پڑنے پر اسے کھول کر آزاد کرنا دانا ہی ہے تاکہ یہ جو سنگھربا ہے اسے پرکھ آئے verify کر آئے۔ ہر وقت اسے باندھ کر رکھنے کی کوشش کو حسن ظن preoccupation کہتے ہیں جو اپنی حد سے آگے بڑھا ہوا ہو تو دھوکہ اور فریب کھاتا ہے۔ جن لوگوں کو اکثر ان کی زندگی میں لوگ دھوکا دینے میں کامیاب ہو جاتے ہوں وہ ہر وقت کے حسن ظن کا شکار ہوتے ہیں۔

نفس کی تربیت ہونی چاہئے کہ ہر شے پر شک کرے، اسے پرکھے تو لے، اچھی طرح چھان چیک کر دیکھے۔ ایسا نفس ہر شے پر سوال اٹھانے والا ہوتا ہے۔ اندر سے بھی اور باہر سے بھی۔۔۔ یہ کسی شے پر آنکھ بند کر کے اعتبار کرنے کو تیار نہیں ہوتا۔ اسے ہر حال میں حقیقت تک، سچ تک پہنچنا ہوتا ہے اور سچ تک پہنچنے کا راستہ شک ہے کیونکہ شک سوال ہے question ہے۔ اس میں جواب چھپا ہوتا ہے۔ جب بھی شک کو دبا یا جائے گا اس کے احساس کو نظر انداز کیا جائے گا دھوکا دینا اور کرنے میں کامیاب ہوگا۔

اس کے درست استعمال کا فن نایاب ہے۔ کیونکہ اس کو درست طور پر جاننے والے ماہر خال خال ہیں۔ ناپختہ شک غلط سوال کی پیدائش کا ذمہ دار ہوتا ہے۔ غلط سوال، بے موقع سوال نفس کی جاہلیت کا سر عام اعلان ہے۔

اس خدشے سے لرزتا نفس شک کے اظہار میں اور سوال کی رونمائی سے شرم کھاتا ہے۔ یہ نفس اپنے شک میں تجربہ کار ہے اس کا نشانہ کبھی نہیں چوکتا۔ جب بھی سوال اٹھاتا ہے طریقہ لوثتا ہے۔ عالم کا شک علم ہے اور جاہل کا شک جہالت ہے۔ جو ڈھونڈنا چاہتا ہے، جس کو تلاش کرنا ہے find کرنا ہے وہ سوال کرے گا۔ ہر شک، ہر سوال کی بنیاد صرف اور صرف تلاش ہے۔۔۔۔۔

اس جھنجھٹ سے جان چھڑانے کیلئے نفس دھوکے کو پسند کرتا ہے۔ خود کیلئے بھی اور دوسروں کیلئے بھی۔ وہ ڈینا کاپی کرنے کو ترجیح دیتا ہے۔ دوسروں کی نقالی کرتا imitate اس کا ہی لیے شعار ہے۔ یہ بہت بڑا کلوننگ ایجنٹ بن جاتا ہے۔ دوسروں کے افکار، خیالات اور نظریات کو کاپی کرنا اور انہیں اپنی زندگی پر لاگو apply کرنا اس کیلئے سہل ہے۔

ہمارا نفس دوسروں کے علم سے بھرا پڑا ہوتا ہے۔ We are so full of other's۔ knowledge۔ ہر شے پر حتیٰ کہ خود پر بھی شک۔۔۔ نفس کی صفائی کرتا ہے filtration کرتا ہے۔ اس سے ذہن mind کلیئر ہونے لگتا ہے۔ لوگ ساری زندگی کسی غلط نظر پر اس لیے قائم رہ جاتے ہیں کیونکہ وہ خود پر شک نہیں کرتے خود سے سوال کرنے کی انہیں کبھی ضرورت ہی محسوس نہیں ہوتی۔

الَّذِينَ ضَلَّ سَعْيُهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَهُمْ يَحْسَبُونَ أَنَّهُمْ يُحْسِنُونَ  
صُنْعَهُمْ

وہ جن کی ساری کوشش دنیا کی زندگی میں کھو گئی اور وہ خیال کرتے ہیں کہ بے شک وہ اچھے کام کر رہے ہیں۔

(الکہف 104)

مشاہدہ کریں کہ خالق کائنات نے کن لوگوں سے خطاب کیا ہے؟  
شک دماغ کو چاق و چوبند active کرتا ہے ہلکا بھلکا کر دیتا ہے۔ ذہن معدہ نہیں کہ جو اس میں ٹھونسا جائے اسے ہضم کرنے میں لگا رہے۔ یہ ذہن ہے، اسے اس بات کا اگر احساس ہو جائے کہ اس کا کام صرف ڈینا کاپی کر کے آگے ترانسفر یا پروجیکٹ project کرتا ہی نہیں بلکہ اس کی اصلیت تک پہنچنا بھی ہے تو اس میں بے پناہ خود اعتمادی کا ظہور ہوتا ہے جو اس میں نئی آہنگ اور رنگ پیدا کر دیتا ہے۔

حب کو ہانے کیلئے ذہن پر سب سے بڑا ہتھیار عقیدت / یقین faith کا استعمال ہوتا ہے۔ اندھا یقین حب کا دشمن ہے اور اندھی عقیدت سے علم تک رسائی مسدود ہوتی ہے۔ یہ وہ ہتھیار ہے کہ جب نکلنے پر جائے تو انتہائی تعلیم یافتہ لوگ خود سے انتہائی کم تعلیم یافتہ روحانیت کے نام نہاد وعیداروں کے قدموں میں بڑے، فخر سے بیٹھے دکھائی دیتے ہیں۔

کیا کبھی ہم نے یہ سوچا کہ عقیدت faith کیا ہے؟ جس شے کا انسان کو علم نہیں ہے جسے اُس نے دیکھا نہیں یا جو وہ جانتا نہیں اُس کو کسی بھی وجہ سے حاضر ہو کر سچ مان لینا عقیدت faith ہے۔ عقیدت / یقین ہمیشہ unknown پر ہے اس لیے اس کی جڑ root خوف میں پیوست دکھائی دیتی ہے۔ ایک بہت بڑا تک نقطہ جنہی جو کہ لاعلمی کا شاخسانہ ہے وہ یہ کہ لوگ ایمان کو عقیدت کی نظر سے جاننے کی کوشش کرتے ہیں۔

ایمان کا مطلب سرینڈر کر دینا ہے۔ ایمان اطاعت surrender ہے۔ کیا ہم دیکھتے نہیں کہ لوگ خدا پر مکمل یقین faith رکھنے کے باوجود شرک سمیت ہر قسم کی برائی میں دیدہ دلیر ہوتے ہیں۔

ایمان یہ ہے کہ انسان نے اس بات کو مان لیا سرینڈر کر دیا کہ اللہ ایک ہے۔ ہم سب اللہ پر، اللہ کی کتابوں پر، رسولوں پر، فرشتوں پر ایمان لے آئے۔ یہ ہو گیا ایمان بالغیب۔ یہاں سے اب انسان کی آزمائش شروع ہوتی ہے۔ اب اللہ کہتا ہے۔

أَحْسِبَ النَّاسَ أَنْ يُلَاقُوا أَنْ يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ ۚ وَلَقَدْ فَتَنَّا  
الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ فَلَيَعْلَمَنَّ اللَّهُ الَّذِينَ صَدَقُوا وَلَيَعْلَمَنَّ الْكَافِرِينَ ۝  
کیا لوگ خیال کرتے ہیں یہ کہنے سے کہ ہم ایمان لائے ہیں چھوڑ دیے جائیں گے

اور ان کی آزمائش نہیں کی جائے گی۔ اور جو لوگ ان سے پہلے گزر چکے ہیں ہم نے انہیں بھی آزمایا تھا، سو اللہ انہیں ضرور معلوم کرے گا جو سچے ہیں اور ان کو بھی جو جھوٹے ہیں۔

(العنکبوت 32)

بات بڑی نازک ہے۔۔۔ غور کی التجا ہے۔۔۔ پوری توجہ سے مشاہدہ کریں۔۔۔ ہندو کے ہزاروں لاکھوں خدا ہیں وہ خود ساختہ بھگوانوں، دیوی دیوتاؤں کے بھوم میں گھرا ہے۔ عیسائیت حضرت عیسیٰ کو خدا کا بیٹا مان کر گمراہی کی دلدل میں دھنسی ہے۔ یہودیت کا تو ذکر ہی کیا کرنا، بدھ مت اذیت کی انتہاؤں پر کھڑا ہے۔ 85 سے زیادہ خود ساختہ الہائی کتابوں کے بوجھ تلے دبا ہے۔ سب سے مشکل ترین یا ترا pilgrim کی ہے۔ یا ترا کے دوران تین قدم چل کر زمین پر چت لیٹ کر ماتھا ٹیکنا ہے پھر اگلے تین قدم چلنا ہے۔ لوگوں کو لہاسا Ihasa پہنچتے پہنچتے کئی سال بھی لگ جاتے ہیں۔ راستوں میں بچے پیدا ہوتے ہیں لوگ مر جاتے ہیں اور راستوں میں ہی دفن دیے جاتے ہیں۔

بے یقینی کے اس بے کراں سمندر کے عین بیچ بیچ خالق کائنات نے ایک حسین جزیرہ نمودار کر دیا جہاں مسلمانوں کو پناہ مل گئی۔ ایسی زبردست ٹپ دے دی کہ ہزاروں لاکھوں خداؤں میں مجھے ڈھونڈتے نہ پھر دو، اُلٹے لٹک لٹک کر کبھی مر بھنوں منڈوا کر، اذیتوں کے حقارت کدوں میں پاگلوں کی طرح مجھے ڈھونڈتے نہ پھر دو۔۔۔ دیکھو میں تمہارے کتنے قریب آ گیا ہوں۔۔۔ میں ہزاروں لاکھوں میں نہیں ہوں۔۔۔ میں تو ایک ہوں۔۔۔ am the one۔ اُس نے کتنا بڑا اشارت کثرت بنا دیا وہ بھی سیدھا صاف پکا۔ اتنی کتابوں کی اُس نے ایک کتاب کر دی اور رسول کو آخری کر دیا۔ ہر شے اُس نے صاف بتا دی کچھ بھی نہیں چھپایا۔۔۔



وہ باقی ساری دنیا سے حجاب میں ہو گیا اور مسلمان پر آشکار ہو گیا۔ اُسے اسلام سے اللہ کے

آخری رسول حضرت محمدؐ سے اس قدر محبت ہوئی کہ اُس نے اعلان کر دیا۔

وَمَنْ تَبِعَ مُحَمَّدًا رَسُوْلًا سَلَامًا دِيْنًا فَلَنْ يُّغْتَبَلَ مِنْهُ وَهُوَ  
فِي الْاٰخِرَةِ مِنَ الْخَالِدِيْنَ ۝

اور جو کوئی اسلام کے سوا اور کوئی دین چاہے تو وہ اس سے ہرگز قبول نہیں کیا جائے گا  
اور وہ آخرت میں نقصان اٹھانے والوں میں سے ہوگا۔

(آل عمران 85)

محبت کیوں نہ ہو؟ اعلان وہ کیوں نہ کرے؟ جب اُس نے اتنی آسانی دے دی اتنا بڑا  
شارٹ کٹ بنا دیا۔ اب وہ بیوقوف کو قبول کیوں کرے؟ پاگل کی کیوں سنے؟ اگر کوئی بتا  
بتائے والا مسافر کو صاف اور شارٹ کٹ رستہ بتا دے، دکھا بھی دے مگر اس کے باوجود وہ  
مسافر نیز ہر رستوں پر سفر کرنے کو لپکے تو اُسے پاگل نہیں تو اور کیا کہنا ہے۔ تمام دوسری  
شریعتیں، تمام دوسرے مذاہب جو اسلام کے سوا تھے اُس نے سارے ایکسپائر کر دیے۔  
غیر مسلموں کے چہرے دیکھیں صاف بتا چلتا ہے کہ مشدہ قافلے کے مسافر ہیں۔

اور ہم نے کیا سلوک کیا؟ اس رحیم و کریم کی اس بے پناہ محبت کے جواب میں ہم نے کیا  
سلوک کیا؟ ہم نے اس ایمان کو عقیدے اور یقین کے ملبوس پہنا کر اسے رسم و رواج کے  
بت کدے میں سما ڈالا۔ کہتے ہیں جنہوں نے اُس ایک خُدا کو ڈھونڈنے کی کوشش کی؟ کیا  
ہم سے ایک خُدا بھی نہ ڈھونڈا گیا؟ روز قیامت اللہ کو کیا منہ دکھانا ہے؟ کیا کبھی ہم نے غور  
کرنے کی زحمت کی کہ ہمارے خیالوں میں جو رب بستا ہے کیا وہ وہی رب ہے جو اللہ ہے؟  
کیا ہم اپنے اصل رب کو جانتے ہیں؟ ہم نے اس ایمان کو، اس مسلمانی کو میراث کھالیا  
۔۔۔ اسے اپنا حق مان لیا اور خُدا کی پہچان سے منہ موڑ لیا۔

یہاں تک پہنچ کر دور اٹھیں جدا ہوتی صاف نظر آتی ہیں۔ پہلی راہ کے مسافر وہ لوگ ہیں جن کی منزل اللہ نہیں، جنت ہے۔ جن کو خدا کا نہیں موت کا، قبر کا اور جہنم کا ڈر ہے۔ ایسے لوگوں کیلئے یہ کوئی سوال نہیں کہ خدا کی پہچان کیوں ضروری ہے؟ یہ وہ لوگ ہیں جو مذہب کو مانج رہے ہیں۔ پانچ نمازیں، روزے، حج، زکوٰۃ اور بس ٹینشن ختم۔ آگے اللہ جانے اُس کا کام جانے۔ بالکل ٹھیک ہے آسان سارستہ ہے کوئی پیچیدگی اس میں نہیں پائی جاتی نہ ہی کوئی تردد ہے مگر ہمت اس میں بے پناہ درکار ہے۔۔۔ کیا ایسے لوگ اپنی خواہشات نفس کو جانے پہچانے بغیر اُن پر حاکم اور نگران رہ پاتے ہیں؟ کیا صرف مذہب کی مدد سے انسان ایک پاکیزہ اور آخرت میں کامیابی حاصل کرنے والی زندگی گزارنے میں کامیاب ہو سکتا ہے؟ کوئی کوئی، خال خال ایسا خوش نصیب نکلتا ہے، کوئی لاکھوں میں ایک جو مذہب پر بغیر تزکیہ نفس کے عمل چیرا بھی ہو اور جہتوں پر حاکم بھی۔ جس کی فطرت ہی سعید ہو وہ خوش نصیب ہے۔۔۔

بھر بھی اگر کوئی صرف مذہب تک ہی رہنا چاہتا ہے تو ہرگز کوئی حرج نہیں۔ جنت تو اللہ کی رحمت کے طفیل ہی حاصل ہو سکتی ہے۔ ہم سب اللہ کے رحم اور کرم کے محتاج ہیں۔ اللہ بادشاہ ہے اُسے کوئی چیلنج نہیں کر سکتا۔ لیکن تلاش خدا سے بے نیاز صرف اور صرف مذہبی زندگی گزارنا اور خدا کی پہچان سے گریزاں رہنا بڑی ہمت کا کام ہے۔ یہ اس کائنات کا سب سے بڑا جوا ہے۔

صرف عبادت سے اللہ کو قائل کرنا بہت بڑا رسک ہے۔۔۔ کیا میں روز قیامت اس حال کو پہنچوں کہ عبادات کے اور ثوابوں کے بڑے بڑے گنجل میرے سر پر ہوں مگر میرا سید شہوات نفسانی سے بھرا ہوا ہو اور میرے اعمال نامے میں مخلوق خدا کے ان گنت انصاف طلب مقدمات کا اندراج ہو؟ میں کیسے مطمئن ہو سکتا ہوں؟ اطمینان تو ایک بھیا تک غلطی

ہے۔ میں خود کو جانے بغیر، اپنے رب کو پہچانے بغیر، سچ کو پائے بغیر مر جانے کا سوچ بھی کیسے سکتا ہوں؟ اگر میں روزِ محشر خسارے میں جا نکلا تو پھر کیا ہوگا؟ میرے پاس دوسری کوئی زندگی پھر نہیں ہوگی کراسے جی کر کفارہ ادا کر لوں گا۔۔۔

اس لیے مجھے اپنے عقیدے پر شک کرنا ہے مجھے اپنے یقین کو بے یقینی کی آنکھ سے دیکھنا ہے۔ میں مانتا ہوں، میرا ایمان ہے کہ خدا ایک ہے لیکن کیا واقعی میں جانتا ہوں کہ خدا ایک ہے؟ اُسے پہچاننے کے لئے مجھے خود کو جانتا پڑے گا اور خود کو جاننے کیلئے مجھے خود پر شک کرنا ہے۔ میں اپنے نفس پر اعتبار نہیں کر سکتا۔ کہیں میں نے اپنے گرد مضر وضوں کی دیواریں تو کھڑی نہیں کر رکھیں؟

مجھے خود سمیت اس دنیا میں موجود ہر شے کو خشک کی نظر سے دیکھنا ہوگا تاکہ میں اُس عظیم جگہ تک پہنچ سکوں جس کیلئے میرے رب نے مجھے پیدا کیا ہے۔ میری زندگی میں ہر آنے والی سانس، ہر آنے والا نئے دن کا سورج اس بات کا اعلان ہے کہ میرا خالق میرا creator مجھ سے ہرگز مایوس نہیں ہے۔ وہ میرا انتظار کرتا ہے۔۔۔

شک کی نظر وہ نہیں ہے جو سمجھی جاتی ہے۔ پہلے بھی لکھا ہے کہ شک منفی یا مثبت نہیں ہے۔ اپنے عقائد اور اپنے یقین کو عقل کی کسوٹی پر رکھ کر پرکھنا امتحانِ ضروری ہے تاکہ حقائق لغویات سے الگ ہو جائیں۔ ان صفحات کے ساتھ ساتھ چلتے رہتے سے آپ اُس نظر تک پہنچ جائیں گے کہ ابھی نفس کا تعارف جاری ہے۔۔۔

ابھی نظروں کا اور راستوں کا ذکر زرا دور ہے۔۔۔

☆☆☆☆☆☆

## تجسس اور عادت

### Suspense & Habit

ذہن تجسس ہے suspicious ہوتا ہے۔ کوئی بھی صورت حال جب بے یقینی میں داخل ہو جائے تو تجسس suspense کا احساس پیدا ہوتا ہے۔ نفس ہر حال میں اس بے یقینی uncertainty کا خاتمہ چاہتا ہے۔ تجسس اپنی اصل میں خواہش ہے۔ تجسس راز کا ہے۔ نفس انسان self بے پناہ تجسس کے ساتھ پیدا کیا گیا ہے۔ اسے کوئی راز گوارا نہیں ہے۔ جو یہ نہیں جانتا اسے جان لینے کی زبردست تمنا ہی اس کا تجسس ہے۔

اللہ نفس کو بنانے والا creator ہے اور اس کی فطرتیں، جبلتیں بھی اسی نے پیدا کی ہیں وہ اسے خوب جانتا ہے اس لیے جا بجا خالق کائنات نے اس کے تجسس کو ہمیز دینے کیلئے invoke کرنے کیلئے راز رکھ چھوڑے حتیٰ کہ خود بھی ایک راز بن کر اس سے چھپ گیا۔۔۔ نفس کی ہر فطرت اس کی طاقت بھی ہے اور کمزوری بھی ہے۔ تجسس نفس کو معتدل balance کر کے اس سے بے پناہ فائدہ اٹھایا جاسکتا ہے۔ اس کے رویے اور جہلیاتی عادات کے قدرتی تسلسل کو continuity کو habitual behaviour کو pattern کو بریک کیا جاسکتا ہے۔ نفس کو ہر شے کا تجسس ہے۔

مطلب اس کا یہ ہے کہ سسٹم کی جبلت قابو سے باہر ہے، اعتدال پر نہیں ہے۔ ہر ضروری اور ہر غیر ضروری صورتحال سے اس کا تعلق صرف سسٹم کی وجہ سے قائم ہو جاتا ہے۔ سسٹم کی اس حس کو تسکین دینے کیلئے یہ اپنی تمام تر حسیات کا بے دریغ استعمال کرتا ہے۔

حیرتوں کی اسے تلاش ہوتی ہے۔ نئے کا حریص ہے۔ انفرادیت کا شائق ہے۔ یہ حرص اور یہ شوق سے اسے دنیا کی ہر گھائی میں اندھا دھند کو د جانے پر مجبور کرتا ہے اور یہی حرص اسے کبھی کبھی خدا کے رستے پر بھی گامزن کر دیتی ہے۔ اس کے جس کو استعمال کر کے تعلیم اور تربیت میں اضافہ کر کے اسے عمومی اور کرم تعلیم یافتہ نفوس (لوگوں) سے جدا کیا جاسکتا ہے۔ سرکس کے جانور کی طرح سزا اور جزا کے عمل سے اس میں ایک نئی تہذیب کا ظہور ہو سکتا ہے۔

آغاز تربیت میں نفس اپنے تجربے اور خواہش کے باوجود اپنی ابتدائی خصلتوں کے تحت بغاوت بھی کرتا ہے اور اپنی عادات addictions کو بھی دہراتا ہے۔ ابتدائے تربیت میں اس کا مقصد کسی بہتر اور برتر خیال کا حامل نہیں ہونا چاہیے بلکہ جس اسے تحقیق اور محنت پر خود آمادہ کرنے لگتا ہے۔

تربیت ہو جانے اور نئی عادات کو اختیار کرنے کے بعد یہ اپنے آپ کو منفرد اور ممتاز کرنے کیلئے دوسروں سے مختلف ہونا پسند کرتا ہے۔ اہل علم اس کی اسی کمزوری سے فائدہ اٹھاتے ہیں۔ بڑھتے علم اور گزرتے وقت کے ساتھ اسے اس نئے پن اور نئی دنیا سے انس اور محبت ہو جاتی ہے اور یہ اسے ایک اختیاری اور مستقل عادت permanent addiction کی طرح اپنا لیتا ہے۔ یہ وہ منزل ہے جہاں اسے خدا کے انس کے حصول کی خواہش فطری طور پر پڑتی ہے۔

نئی دنیا کے انکار concepts اور نئے آفاق new possibilities کی تحقیق پر اسے یہ شوق اختیاری ترک نہیں کرنے دیتی اگرچہ اس کی جبلتیں ہر لمحہ کوشاں رہتی ہیں کہ اسے دوبارہ اس کے دور جاہلیت کو چٹا دیں مگر نئی عادات addictions اور فطری ضد resistance اسے راہ خدا پر مستقیم رکھتی ہے۔ اس مقام پر اللہ کی تائید، نصرت اور رحمت سے نفس انسان پر سکینت ecstasy اور الہام revelation کا نزول شروع ہوتا ہے۔ یہ وہ نعمت غیر مترقبہ ہے جو نفس نے اس سے پہلے کبھی نہیں پائی ہوتی۔ اب اس کا مقصد حیات واضح اور خیالات معقولات pure ہونے لگتے ہیں۔

شعور اپنی بلوغت maturity کو پہنچتا ہے مگر اس مرحلے کے اپنے خطرات ہیں۔ نفس، تقویٰ کی مبالغہ آمیز خواہشات، تزکیہ کی شدتیں اسے دعویٰ انفرادیت اور خصوصیت کی حرص کا شکار کرنے کی کوشش کرتی ہیں۔ یہ نفس انسان کی max potential ہے اس سے آگے یہ اپنی طاقت اور اپنے علم سے نہیں جاسکتا۔ یہ انسانی کوشش کی آخری حد ہے۔ یہاں تک پہنچ کر اب نفس بے بس ہے۔ یہ futility level ہے۔ وہ دیکھ لیتا ہے، غم و کج لیتا ہے کہ اس کی کوشش اپنی آخری حدوں کو چھو رہی ہے وہ finest possibility پر ہے۔۔۔ اس سے آگے نہیں جا پا رہا۔۔۔ وہ دیکھتا ہے کہ ہر کوشش futile ہے لا حاصل ہے۔۔۔

اس مقام پر اسے رُکے رہنا ہے اور اپنی تمام تر کوششوں کو راہ خدا میں مستقیم رکھنا ہے maintainہ کیے رکھنا ہے۔ یہاں اللہ کی محبت اور اخلاص کے سوا کوئی شے معاون نہیں ہوتی۔ یہ مقام انتہائی گھٹک ہے۔ اگر نفس ایمان پر نہیں ہے اللہ کی محبت اور اطاعت رسول اس میں موجود نہیں ہے تو سو فیصد ایسا نفس استدراج کو موز دیا جائے گا۔ ایمان کے تین درجات طاعت یہاں کام آتے ہیں۔

- 1۔ اللہ کے لیے دوستی اور اللہ کیلئے دشمنی۔
  - 2۔ اللہ کے رسول کیلئے ہی دنیاوی جذبہ ہے۔
  - 3۔ ملکیت / وابستگی attachment سے محبت اور اپنی جہلیات (پرانی زندگی) میں جو کہ کفر کے مترادف ہے کو پاٹ جانے کا خوف۔
- نفس اس مقام تربیت سے کسی صورت پلٹنے کو تیار نہیں ہوتا۔ یہی وہ مقام ہے جہاں اس کی چھوٹی چھوٹی کمزوریوں کو نظر انداز کیا جاتا ہے اور دنیا و آخرت میں اسے بخشش کی خبر سنائی جاتی ہے۔۔۔ اے نفس مطمئنہ! راضی برضائے رب ہو کے پلٹ۔۔۔ بندوں میں داخل ہو۔۔۔ جنت پروردگار میں داخل ہو۔۔۔

(انگریز یا ستارہ محترم پروفیسر احمد رفیق اختر صاحب) از مقدمہ القرآن۔

نفس کے اس جنس اور عادت suspense & addiction کو سدھانا کیسے ہے۔ جہلیات کو اللہ کی پہچان کیلئے استعمال کیسے کرنا ہے یہ جاننے کیلئے مشاہدہ حق اور ذکر و تسبیح کے راز جاننا ہوں گے جو اسی کتاب میں آگے بیان کر دیئے گئے ہیں۔

☆☆☆☆☆☆

## چاہے جانے کی آرزو

### The Longing to Be Loved

یہ آرزو ہے، تمنا ہے۔ یہ خواہش کی آخری حد ہے۔۔۔ یہ ہمارے نفس میں ہمیشہ سے موجود چاہے جانے کی تمنا longing ہے اور پھر یہ جو لفظ ہے کہ فلاں کو اللہ کی لوگ مٹی ہے یہ بھی وہی چاہت longing ہے۔ یہ لوہو نفس میں برابر بھڑک رہی ہے۔ مسئلہ یہ ہے کہ نفس کو علم نہیں کہ یہ لو اپنی اصل میں ہے کیا؟

ہم چاہتے ہیں کہ ہمیں چاہا جائے۔۔۔ کوئی ہمیں چاہے۔۔۔ اسی لئے ہم کسی کو چاہتے ہیں۔۔۔ ہمیں لگتا ہے کہ کوئی ہمیں چاہے گا تو ہم مکمل ہو جائیں گے۔۔۔ ہم خوب جانتے ہیں کہ ہم کچھ بھی نہیں ہیں۔۔۔

اس لئے ہم تمنا رکھتے ہیں کہ کوئی ہم سے محبت رکھے تاکہ ہم (کچھ) ہو جائیں۔۔۔ غور کریں۔۔۔ ہم سب کی یہی زندگی ہے۔۔۔ یہ خواہش کہ ہمیں دریافت کیا جائے، ہماری تمنا کی جائے، ہمارے حصول کی تک و دو میں کوئی ہر لمحہ سرگرداں رہے۔۔۔ یہ خواہش ہمیں ہماری زندگی انتہا درجے کی اذیت میں مبتلا کئے رکھتی ہے۔

We long to be loved and it is a constant misery...



نفس کے پاس بہت بڑی دلیل کی صورت ایک وجہ cause موجود ہے کہ کوئی اس سے محبت کرے۔ یہ وجہ ہی محبت کا تمنا کی ہونے کی اصل وجہ ہے motive ہے۔ یہ وجہ ہر طرح کی محبت کے حصول کی ہے قرار تمنا کا حقیقی پس منظر ہے۔ نفس ہر حال میں کسی نہ کسی کی محبت کا مرکز و محور ہونا چاہتا ہے کیونکہ وہ جانتا ہے کہ وہ شروع دن سے مایوس کن مددگار تنہائی کا فکار چلا آتا ہے۔۔۔۔۔

ہم سب یہ جانتے ہیں۔۔۔ کیا ہم سب یہ نہیں جانتے؟ تنہائی کے ریگزار میں گزرتی زندگی ہی ہمارے نفوس میں چاہے جانے کی خواہش پیدا ہونے کی سب سے بڑی وجہ ہے۔ جب تک یہ وجہ موجود ہے تب تک یہ مطالبہ بھی نفس میں قائم ہے کہ کوئی اسے چاہے۔۔۔۔۔

یہاں سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ کیا ہم اس وجہ کو جانتے ہیں؟ کیا اس وجہ کے نتیجے میں اپنی زندگیوں پر چھا جانے والے اثرات سے ہم بخوبی واقف ہیں؟ اور پھر سب سے بڑا سوال یہ کہ کیا ہم اس وجہ سے آزاد ہو سکتے ہیں؟

میں تنہا ہوں۔۔۔ اکیلا ہوں۔۔۔ پریشان ہوں۔۔۔ میں اس تنہائی، اکلایے اور پریشان زندگی سے گزرتے ہوئے ہر امید سے مایوس ہو رہا ہوں۔ اگر کوئی مجھ سے محبت کرے تو یہ سب بدل سکتا ہے اس دیرانے میں پھول کھل سکتے ہیں۔۔۔۔۔

ہم دیکھ سکتے ہیں کہ نفس کے اس مطالبے کی وجہ تنہائی ہے۔۔۔ نفس اکیلا ہے اس لئے کسی سماجی کی تلاش میں ہے۔۔۔ کوئی ایسا جس سے وہ بات کر سکے۔۔۔ کوئی ایسا ہمارا جس کے سامنے وہ اپنا آپ اُمداد اور باہر سے عیاں کر سکے۔۔۔ کیا ہم اس کرہ ناک تنہائی کو صاف صاف دیکھ سکتے ہیں؟ نفس کی اس کرہ ناک تنہائی کے بیکر اس خلا کو کسی صورت کوئی انسان بے نہیں کر سکتا۔۔۔۔۔

222/1



انہیں لاشعوری طور پر اپنی محبتوں کے حد سے بڑھے ہوئے پاگل پن پر تاسف ہوتا ہے۔  
 انہیں ایسا دکھائی دیتا ہے جیسے وہ دھوکا کھا رہے تھے۔ ہر شے ہر شے کی حقیقت ان پر مایا  
 ہو جاتی ہے۔۔۔ انہیں محسوس ہوتا ہے کہ اللہ کے سوا انہیں بچانے والا کوئی نہیں ہے۔ یہ  
 احساس انہیں پہلی بار حقیقت کی اس دنیا میں لے جاتا ہے جس میں داخل ہونے پر ان کی  
 آنکھوں میں نمی اتر آتی ہے۔ دل اللہ کی محبت سے پہلی بار آشنا ہوتا ہے۔ انہیں ایسا لگتا  
 ہے کہ خدا ان کے قریب ہے اور وہ اپنے جیسے دوسرے لوگوں سے دور ہیں۔ یہ اس لو کی اس  
 longing کی اصل ہے actuality ہے۔

اس لائق محبت اور چاہت کا احساس ہمیں دعا کے فوری بعد بھی ہوتا ہے۔  
 جب کبھی انسان شدت محبت سے دعا کرتا ہے، گڑگڑاتا ہے، چیخا چلاتا اور اپنے رب کے  
 حضور آو و زاری کرتا ہے تو دعا کے دوران اسے احساس ہوتا ہے کہ کوئی اس کے ساتھ ہے۔  
 یہ احساس بہت شدید ہوتا ہے اتنا شدید کہ دعا مانگنے والے کو پتا ہی نہیں چلتا کہ وہ اپنی دنیا  
 سے کتنا دور چلا گیا ہے۔ یہی محبت ہے، دعا کرنے کے بعد ہمیں بہت دیر تک یہ احساس  
 رہتا ہے یہ اطمینان رہتا ہے کہ اب ہمارا رب سب کچھ ٹھیک کر دے گا۔

ہمارے نفوس صحت مندی میں دکھ تکلیف کی عدم موجودگی میں خود کو بے نیاز جانتے ہیں  
 اور اس کو کاجو ہر سینے میں بھڑک رہی ہے ناجائز استعمال کرنے کی پوری کوشش کرتے ہیں۔  
 ہم اس چاہت کو اپنی خواہشات کی تکمیل پر بے دردی سے لٹاتے ہیں۔

دولت یہ بہت بڑی ہے اس لیے ہم شاہوں کی طرح اسے اڑانے کے عادی ہوتے ہیں۔  
 اپنے رشتوں ناطوں پر، اپنی مطلوب محبتوں پر، اپنی دولت پر، اپنی عزت پر، ہر جذبہ پر  
 ہم اس چاہت کو لٹاتے ہیں جس کے نتیجے میں اللہ سے دوری کا بھیک effect پیدا  
 ہے اور دل مرجھا جاتا ہے۔

ہاں ہے ہاں کی آواز

اس کو ضائع کرنے کی حماقت سے بچنا بے حد ضروری ہے۔ دنیا کی ہر شے کی محبت ماضی ہے محدود ہے۔ اس پر دیوانہ وار فدا ہو جانا زندگی کی سب سے بڑی غلطی ہے۔

رشتوں سے انس فطری ہے اس سے انکار نہیں لیکن دنیا سے کم از کم محبت ہی روادار نہیں چاہیے۔ ہر شے سے انس محدود ہونا چاہیے۔ عورت کا عشق، پیسے کی دیوانگی، جائیداد سے محبت، دنیا داری میں دیوانوں جیسی مصروفیت۔۔۔۔۔

یہ پاگل پن تب پیدا ہوتا ہے جب اللہ کی دی ہوئی محبت کو اس کی عطا کردہ کو ہم حیات الدنیا پر نثار کرنے لگتے ہیں۔ یہ محبت، یہ عشق یہ دیوانگی صرف اللہ کی ذات عظیم کیلئے ہے۔ نفس کو علم دینا ہوتا ہے کہ اس خزانے کو اللہ کی یاد، اس کی طلب اور محبت و اطاعت رسول میں لٹائے اور بادشاہوں کے بادشاہ کا اس سلطان السلاطین کا گدا بن جائے۔

If our souls are full with the love of Allah, Then we never ask anyone to be loved, We never put out our begging bowl in front of someone to fill it.

☆☆☆☆☆☆

## اچھائی برائی

## Good & Evil

اچھائی اور برائی کی اگر پہچان نہ ہو تو یہ دونوں صفات جن کا ظہور نفس کی جہتوں سے ہوتا ہے دھوکا ہیں۔ یہ دونوں ہی نفس کی فطرت ہیں۔ ان کی تخلیق کا مقصد آزمائش انسان ہے۔ یہ بھی ایک سکے کے دو رخ ہیں۔ اچھائی غالب آتی ہے۔ اسے ہمیشہ غالب آکر ہی رہنا ہے۔ اس میں قلبہ ہے۔ برائی مٹ جانے کیلئے ہے۔ اسے ثبات نہیں۔۔۔ یہ بار بار ابھرتی ہے۔۔۔ اور ڈوبتی ہے۔۔۔ اگر برائی نہ ہو تو اچھائی کوئی شے نہیں۔۔۔ برائی ایک ایسا رنگ ہے جو اچھائی کے شیشے کے پیچھے لگ کر اسے آئینہ بناتا ہے۔ برائی کے اجڑے اچھائی کا وجود ہے۔۔۔

اچھائی اور برائی کیا ہے؟

اچھائی کا مطلب ذمہ دار responsible ہو جاتا ہے۔ معاشرہ ذمہ داری کو responsibility کو اچھا تو ضرور سمجھتا ہے مگر یہ اسے ایک بوجھ بھی محسوس ہوتی ہے۔ سڑک کے کنارے ایک کتا پیاس کے مارے شدید گرمی میں جاں بلب ہے۔ درگزر کرنے والے ایک کہتا ہے کہ یہ میری ذمہ داری ہے میں اس پیاس کے قابل ہوں۔

میں respons-able ہوں۔۔۔۔۔ اس نے پانی پلا دیا۔ اچھائی پھا ہوگی۔۔۔  
 دوسرے کا خیال ہے یہ میری ذمہ داری نہیں ہے۔ میں نہیں پلاتا اسے پانی۔ وہ  
 respond نہیں کرتا۔ دوسرا پاس کے قابل نہ لگا۔۔۔ respons-able نہ  
 ہو سکا۔ برائی پیدا ہوگئی۔۔۔۔۔

بیک اور اچھائی میں فرق؟

کتنے کو پانی پلا دینا نیکی نہیں ہے۔۔۔۔۔ یہ تو اچھائی ہے۔۔۔۔۔ یہ انسانیت ہے اس کا مذہب ہے  
 کوئی تعلق نہ تھا یہ تو انسان کے انسان ہونے کی نشانی ہے۔ خالق کا احسان عظیم کس نے  
 اچھائی کو نیکی میں داخل کیا۔ اس کا ثواب پیدا فرما کر انسان کو ترغیب دی motivate  
 کر دیا۔ نیکی پر اترانا برائی ہے کیونکہ یہ تو انسانیت ہے۔ یہ کوئی بڑا کام نہیں کہ انسان کسی  
 کے کام آجائے۔ یہ تو عین فطرت ہے۔ نیکی تو بہت بڑی شے ہے۔ نیکی قربانی ہے۔ کتنے  
 کو پانی پلا دینے تک بات آسان ہے۔ اچھائی کرنا آسان ہے، نیکی کرنا مشکل ہے۔

مذہب ہے جب اپنے نفس کی ترجیح کو قربان کر کے انسان کسی کا بھلا کرے۔ نیکی صرف یہ  
 نہیں کہ کسی کو دعا دے۔ اصل نیکی تو یہ ہے کہ جو گالی دے آئے بھی دعا دے۔ یہ انسانیت کی  
 معراج ہے۔ اللہ کا فضل بہت بڑا ہے کہ اس نے ہر اچھائی کو نیکی میں داخل کر کے امت  
 کیلئے بہانہ مغفرت پیدا کر دیا اگر خدا انسانیت کو جبر سے لازم کرتا اور نیکی کی اصل نیکی کی  
 ڈیمانڈ کرتا تو کس میں طاقت تھی کہ نیک بننے کی ہمت بھی کر سکتا۔

نفس میں انسانیت سے اور اللہ کی مخلوق سے محبت کے جذبے کو زندہ کر لیا جائے اور خدمت  
 خلق کی جائے تو اللہ انسان کو اس نیکی کے طفیل اصل اور بڑی نیکیوں کی طرف لے جاتا  
 ہے۔ انسان نفس ترین طبع کا حامل ہے یہ بھی برائی کو نہیں لپکتا چاہتا۔ شیطان بھی برائی کی طرف لے جاتا  
 ترغیب بھی عین برائی کہہ کر نہیں دیتا۔ وہ ہمیشہ برائی کو ہمدردی کے لہاو سے منس لپیت کر دیتا  
 ہے اور انسان کو دلیل سے راضی کرتا ہے۔



پت خراب ہو جانے کا مطلب ہے نفس متاثر ہو گیا infected ہو گیا۔ اعمال بھی  
 کاڑھے جائیں گے۔ انسان کیلئے اگر اس کی سب سے بڑی ترجیح top most  
 priority اللہ ہو جائے تو اللہ کا سارا سسٹم اُس کا ہو جاتا ہے۔ لیکن اچانک نہیں۔۔۔ اللہ  
 کی نصرت میں اچانک نہیں ہے۔ انسان کے مقدر میں معجزہ نہیں۔ انبیاء کی بات اور ہے اُن  
 کا مقصد اور ہے۔ انتہائی صبر و تحمل اور مستقل مزاجی سے اپنی ترجیحات کا تعین از سر نو کرنے  
 کی ضرورت ہوتی ہے۔

آہستہ آہستہ، غور و فکر سے نفس کی ترجیحات کو نئے سرے سے مرتب کرنا چاہیے۔ اللہ کسی  
 صورت میں اولین ترجیح سے کم پر نہیں ملتا۔ وہ بادشاہ ہے اُس بادشاہوں کے بادشاہ کا تخت  
 دل میں سب سے اونچا ہو گا تو وہ آئے گا۔

جو نفس اللہ کو اپنی سب سے پہلی ترجیح بنالے اللہ اُس کو ترجیح دے دیتا ہے۔ جو ایک قدم اللہ  
 کی طرف بڑھے وہ دس قدم آتا ہے۔ بندہ اگر اللہ کو اولین ترجیح بنائے تو اللہ بے نیاز ہے  
 کتے کوئی حاجت نہیں۔ اُس کے بندے سارے ہیں اُسے بندے بہت۔۔۔ بندے کو  
 اللہ ایک ہی ہے۔۔۔ جب اللہ بندے کو کسی گنتی میں گن لیتا ہے۔۔۔ جب رب بندے کو  
 consider کر لیتا ہے کمال تو تب ہوتا ہے۔۔۔

اللہ کی نظر میں آنے کی consideration کی جس کو طلب ہوا سے لازم ہے اللہ کو سب  
 سے ہمہ کئے، ہمہ پردہ کئے، اچھائی کو قبول کرے اور برائی کو رد کرے۔  
 اللہ بڑا قدر دان ہے۔



## ذہن اور نفس

### The Mind & The Self

گزشتہ کچھ مقامات پر نفس کو ذہن سے تشبیہ دی ہے ان مقامات کی مناسبت سے یہ ضروری تھا۔ علم نفس کی کمی یا غیر موجودگی میں ذہن کو ہی نفس کہا جاتا ہے لیکن نفس کو بہتر صرف ذہن ہی سمجھتے رہنا بہت بڑی غلط ہے۔ ذہن اللہ کی شاندار تخلیق ہے۔ یہ عقل کا مرکز ہے۔ اس کو نظر انداز کر دینا حماقت ہے۔ اس لئے اب تک جو بھی لکھا ہے اس کا نتیجہ نکالنا بہت ضروری ہے۔ precise conclusion کے بغیر بات سمجھ نہیں سکتی کیونکہ معلومات وسیع تر ہیں۔

ذہن انسان کی داستان کا سب سے بڑا حصہ ہے۔ یہ زندگی اور دنیا دونوں پر چھایا ہوا ہے۔ جب بھی انسان اپنی شخصیت personality کا کوئی بھی تصور بناتا ہے اور اس تصور کو اس imagination کو جینا چاہتا ہے project کرنا چاہتا ہے۔ ذہن اس شخصیت اس کردار کے خدو خال پیدا کر کے اسے زندگی میں فعال activate کرتا ہے۔ یہ شخصیت personality ہے۔۔۔ جو کہ نفس ہے۔۔۔ اس کا اور ذہن کا بے حد تعلق ہے اور گہرا ہا ہی تعلق ہے۔

یہ اتنا پیچیدہ تعلق ہے کہ لوگ نفس اور ذہن کے درمیان موجود اس باریک فرق کی پہچان کرنے سے اکثر ہمیشہ قاصر رہتے ہیں۔ عام طور پر نفس کو میں کہا جاتا ہے۔  
نفس کہا جاتا ہے۔۔۔ (میں) کو جانتے ہیں۔۔۔

نفس (میں) ہے۔ (میں) شخصیت ہے personality ہے۔ (میں) ایک شخص ہے ایک person ہے۔ شخصیت personality حقیقت نہیں ہے یہ illusion ہے۔  
پر سائنسی شناخت ہے یہ identification ہے۔ (میں) ایک شناخت ہے، (میں) خود کو ہر شے سے جوڑتا ہے identify کرتا ہے۔ (میں) کی شناخت ایک جھوٹ ہے ایک دھوکا ہے۔

یہ شناخت (میں) کو دنیا نے دی ہے اور دنیا بذات خود دھوکا ہے۔ (میں) اپنی مرضی سے پیدا نہیں ہوا۔ (میں) کا نام تک اس کے ماں باپ نے رکھا ہے۔ (میں) نے اپنے ماں باپ، بہن بھائی، رشتے، ہاٹے، دوست دشمن، اپنا مذہب، اپنا ملک اور اپنے افکار و خیالات خود نہیں چنے۔ یہ دیئے گئے ہیں، (میں) کے ذہن میں پروگرامز کی طرح نصب install کیے گئے ہیں۔

اس لئے (میں) محض ایک خیال ہے mere idea ہے۔ (میں) کو اس کی اصل شناخت کا کوئی علم نہیں ہے۔ انسانوں کے اس سمندر میں اس کی حیثیت ایک گمشدہ کی سی ہے۔ (میں) اپنی دنیا کو اپنے علم سے جانتا ہے اور خود کو آگے بڑھاتا ہے expand کرتا ہے۔ (میں) اپنی زندگی سے اپنی موت تک کے سفر میں ہے، ایک مدت timeline میں ہے، اسے دیکھا جا رہا ہے پر کھا جا رہا ہے۔ مرنے سے پہلے اسے اپنی اصل شناخت تک identification تک پہنچنا ہے۔ اسے جانتا ہے کہ وہ جسے (میں) کہتا ہے وہ اصل میں کون ہے۔

(میں) کو جو دکھایا گیا، سمجھایا گیا، پڑھایا گیا، سنایا اور دکھایا گیا سب ایک سراب  
 illusion ہے۔ اسے ضروری لیکن فرضی معلومات information دے دی گئی ہیں  
 تاکہ وہ درست live کر سکے، حرکت کر سکے move کر سکے۔ اسی سراب اسی دھوکے  
 کے دوران اسے بہت سی دھیرے سے غیر محسوس انداز سے یہ جتکادیا گیا ہے کہ وہ نہیں جان  
 کہ وہ اصل میں کون ہے۔

اسے اب آغاز کرنا ہے اس کا اصل سراب سے آج سے شروع ہوتا ہے۔ اسے اپنے علم کی  
 اصل حقیقت تک پہنچنا ہے۔ ذہن کو نئے سرے سے تیار کرنا ہے۔۔۔ اسی ذہن کو جو اب  
 تک اسے گمراہ کرتا چلا آیا ہے اور اس گمراہی کی وجہ بھی خود یہی (میں) ہے۔ اس نے جو  
 شخصیت اپنے ذہن کو دی ہے ذہن نے اُسی کردار کو نبھایا ہے۔۔۔

اب اس (میں) کو اپنے اندر موجود علم کو درست کرنا ہے جھاننا پچھلنا ہے اور اس کی سمت  
 ٹھیک کرنی ہے۔ اس کیلئے اسے اپنے اندر موجود کچھ سے جان چھڑانا ہوگی تاکہ حقیقی علم  
 اس کی جگہ لے سکے۔ اس کیلئے اُس (میں) کو ماننا ہوگا accept کرنا ہوگا کہ وہ کچھ نہیں

نہیں جانتا I don't know anything at all۔

اُسے کچھ خبر نہیں کہ سچ کیا ہے۔۔۔ اور سچ کیا ہے اس کو جاننے کیلئے اُسے جھوٹ کو فنا کرنا  
 ہوگا، سوچ کو اس کی درست جگہ پر رکھنا ہوگا، خود کو تعلیم دینا ہوگی، تربیت کرنا ہوگی اور اپنا  
 علاقہ بھی کرنا ہوگا۔ اس کے لئے (میں) کو خود سمیت ہر شے کو نئی نظر سے دیکھنا ہوگا پھر جبکہ  
 ذہن ہر قدم پر اس کا ساتھی ہوگا۔

جب ذہن جان جاتا ہے کہ وہ کچھ نہیں جانتا تو وہ جان لینے کو رضامند ہو جاتا ہے۔ (میں) اگر  
 اپنی عقل کو خود اپنی ذمہ داری سے استعمال کرتا ہے۔ کوئی بیچارہ فقیر، کوئی عالم، کوئی بابا کوئی مرشد  
 اس کی نافرمانی نہیں لگا سکتا۔

ذہن اور نفس

ہے اس حقیقت کو خوب اچھی طرح جان لینا ہے کہ استاد کی ضرورت رہے گی مگر ایسا ہرگز نہیں کہ استاد اسے کندھے پر بٹھا کر پار لے جائے گا۔ رستے کا علم ہو بھی جائے تو بھی سفر (میں) کو خود ہی کرتا ہے۔ تنہا تھا۔ جب نفس کی حقیقت ذہن پر آشکار ہوتی ہے تو ذہن پر آشکار ہوتا ہے کہ نفس اُسی کا ایک حصہ ہے۔

بیاز کے چھکوں کی طرح دونوں ایک دوسرے سے جڑے ہوئے ہیں۔ جب ذہن کو عقل کو نفس کا علم عطا ہوتا ہے تو ذہن mind اور نفس personality کے درمیان فاصلہ پیدا ہو جاتا ہے۔ اب یہ دونوں ایک نہیں رہتے بلکہ الگ الگ ہو جاتے ہیں۔ کچھ عرصہ دونوں ایک دوسرے کو حیرت اور متذبذب سے دیکھتے رہتے ہیں پھر ان دونوں میں گھسان کی جنگ شروع ہو جاتی ہے۔

دونوں ایک دوسرے کو ہر لحاظ سے خوب جاننے بوجھنے والے ہوتے ہیں اس لئے ایک سے ایک کا رویہ وار دکھائی دیتا ہے۔ یہ جہاں اکبر ہے۔۔۔ یہی وہ پاکیزہ اور بلند نفس higher intellect ہے جو تنہا ہے۔۔۔ جس میں نفس personality کمزور ہے۔ یہی بلند عقل اصل علم ہے۔ یہی وہ علم ہے جو پھر رہنمائی کرتا ہے۔ اپنی شخصیت کے بت کو توڑ دینے سے ذہن mind کو آزادی freedom عطا ہوتی ہے۔ یہ غلامی کی زنجیریں توڑ دیتا ہے۔۔۔

ایک آزاد ذہن free mind پر شخصیت personality بھی حاکم نہیں رہ سکتی۔ شخصیت personality بھی نہیں مرنی۔ یہ ہرگز کسی صورت بھی فنا نہیں ہوتی۔ شخصیت personality اس دنیا میں کبھی کسی کے ہاتھوں نہیں مری۔ ہاں یہ کسی حد تک تغیر ہوتی ہے، اسے درست کیا جاتا ہے، اسے سکھایا، سمجھایا اور سدھایا جاسکتا ہے تاکہ شخصیت personality کا اثر impact کم سے کم سطح پر رہ جائے۔

بس اتنا جس قدر زندگی گزرنے کو ضروری ہو۔ پھر جب instincts گزر رہے ہوتے ہیں۔  
غالب نہیں رہتیں، ان سے بننا آسان ہوتا چلا جاتا ہے۔

نفس self خدا اور ذہن کے درمیان ایک حجاب illusion ہے۔۔۔ اپنی شخصیت کو  
شناخت مان کر جینا حجاب ہے۔ شخصیت بھی خدا تک نہیں پہنچ پائی اور نہ ہی کبھی پہنچ پائے  
گی۔ ذہن اور نفس کے اس باریک ترین فرق کو اچھی طرح جان لینا بہت ضروری ہے کیونکہ  
انسان کے ہاتھ میں عقل کی فروزاں مشعل کے سوا اس گھپ اندھیرے میں دیکھنے کیلئے اور  
کچھ نہیں۔

ego سے نجات ملنے ہی انسان کی پرواز لائوتی ہے۔ ذہن خیال ہے، سوچ ہے اور  
ہمیں اپنے خیالات کو درست کرنا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہرگز نہیں کہ شخصیت کو تباہ و برباد  
کر دیا جائے۔ جو فانی النفس annihilation of the self کا خواب دیکھتا ہے وہ  
مہذوبیت کو جاتا ہے۔ شخصیت کے بغیر کوئی ایک قدم نہ چل پائے گا۔ شخصیت کی جو چھاپ  
impact ہے، جو شخصیت کے انکار و نظریات ہیں، عزت اور بے عزتی ہے، جو غرور اور  
حمکت ہے، سکھائی ہوئی کا جو خوف ہے یعنی یہ پورے کا پورا جو ماسک جو غول اس شخصیت پر  
چڑھا ہوا ہے اس کو جانا ہے، دیکھنا ہے۔

جاننے اور دیکھنے سے۔۔۔ مسلسل جانتے ہی رہنے اور دیکھتے ہی رہنے سے شخصیت کے جو  
نفس کی صورت کا دفرما ہے بت ٹوٹنے شروع ہو جاتے ہیں۔ مضبوط قلعے کی فصیل میں  
دراڑیں دکھائی دینے لگتی ہیں اور اونچے اونچے برجوں سے ایشیں نیچے گرنے لگتی ہیں۔ آخر  
کار دھیرے دھیرے ایک گچی کھری، بے داغ، شفاف اور چاند کی طرح چمکتی ہوئی  
شخصیت کے روپ میں انسان نمودار ہوتا ہے۔

یہ پرانا نہیں نیا انسان ہوتا ہے۔۔۔ یہ نیا جنم ہے۔۔۔ مزید سمجھتے ہیں۔۔۔



اگر اتنی ہمت نہیں ہے تو پھر خود کو ٹھیک کر لے، اطاعت گزار ہو جائے، سر کو جھکا دے۔ سب کے سامنے سچا ہو جائے، اللہ کے سامنے بھی، اپنے اور دنیا کے سامنے بھی۔ پھر اس بات کی پروا چھوڑ دے کہ دنیا اسے کیا کہتی ہے لیکن ایک کام بھی انسان کو زیبا نہیں اور سبکی وہ کرتا ہے۔۔۔ یہ کیا بات ہے کہ اتنے چہرے سجالینا کہ یہ بھی یاد نہ رہے کہ اصل کون ہے۔۔۔ یہ تو منافقت ہے اور منافقت حیوانوں سے بدترین کام ہے کہ کوئی حیوان بھی منافق نہیں۔۔۔ یہ پستی یہ ذلت اٹھانے کا حوصلہ صرف انسان میں ہی ہے۔۔۔ نہ جانے اس میں اتنی ہمت کہاں سے آ جاتی ہے۔۔۔

ہم سب کو اپنا احتساب کرنا ہے۔ خود ہی مجرم بننا ہے خود ہی انصاف کرنا ہے۔ یہ بہت ہی بڑا امتحان ہے۔ علامہ اقبال نے فرمایا "توبہ ی ہے مسلمان کا ہو جانا"۔ مگر اللہ جس کو توفیق عطا کر دے۔۔۔ اور توفیق توبہ سے ہے۔۔۔ جب توبہ کی توفیق عطا ہوتی ہے تو غیب سے برا آتی ہے۔۔۔

کیا ابھی وہ وقت نہیں آیا کہ مردانِ خدا کے دل اللہ کے ذکر سے چمک اٹھیں؟  
نفس انسان کی شخصیت ہے اس کا کردار ہے اور اس کردار کی تعمیر اس کا سٹرکچر structure ذہن میں بننا ہے۔ یہ دھمن خدا کا سٹرکچر ہے اسے توڑنا بت شکنی کی رسم ادا کرنا ہے۔ یہ رسم ہمارے پیارے نبیؐ کی ہے، یہ حضورؐ کی سنت مہار کہ ہے۔ آپؐ نے ہمیں تزکیہ سکھایا ہے۔

لَقَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولًا مِّنْ أَنفُسِهِمْ يَتْلُوا عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَزَيَّنَّ لَهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِن قَبْلُ لَافِقِينَ فَسَلَامٌ لِّمُؤْمِنِينَ

اللہ نے ایمان والوں پر احسان کیا ہے جو ان میں انہیں میں سے رسول بھیجا

(وہ) ان پر اس کی آیتیں پڑھتا ہے اور انہیں پاک کرتا ہے اور انہیں کتاب اور دانش سکھاتا ہے، اگرچہ وہ اس سے پہلے صریح گمراہی میں تھے۔

(آل عمران 164)

اب ہمیں اس پر کام شروع کرنا ہے۔ ایک ایک اینٹ کو توڑنا ہے۔ یہ مندر بہت بڑا ہے یہاں ہزاروں بت بچے ہیں جو بڑے بت کو سمجھہ کرتے ہیں۔ یہ بت ہمارے پرانے ساقی ہیں یہ اتنی آسانی سے نہیں ٹوٹیں گے۔ یہ بار بار پلٹ کر حملہ آور ہوں گے۔۔۔ کبھی احتجاجیں کریں گے، کبھی قائل کریں گے، کبھی خوف سے، کبھی لالچ سے، کبھی دنیا کے کھوجانے کے ڈر سے ہمیں دہشت زدہ کریں گے۔

یاد رکھنا ہوگا کہ یہ شیطان ہے جو خوف دلاتا اور مایوسی کرتا ہے۔۔۔ ہر آتی سانس کے ساتھ یہ یاد رکھنا ہوگا کہ ہم آزمائش میں ہیں۔ ہمیں آزما یا جا رہا ہے test کیا جا رہا ہے۔

عظیم آزمائش کا، امتحان کا احساس اور ادراک ذہن انسان کو سنجیدہ رکھتا ہے۔

☆☆☆☆☆☆



## تربیتِ نفس

### Training of The Self

ابھی تک نفس کا ابتدائی تعارف جو تذکیہ کیلئے ضروری ہے جاری تھا۔ نفس کا مکمل علم کسی کو نہیں اس کی پیچیدگیاں اور جہلیات کے روابط connections ذہن اور حواس کے ساتھ اس قدر زیادہ ہیں کہ نفس کے قریب Tricks ہر لحظہ بڑھتے چلے جاتے ہیں۔ جس قدر علم تھا کہ دیا ہے۔۔۔

اب نفس کی تربیت پر غور و فکر کا آغاز کرتے ہیں اور اللہ سے برکت اور توفیق کی دعا کرتے ہیں۔ اگر آپ ان صفحات تک پہنچ چکے ہیں تو لامحالہ آپ اپنی پہچان کیلئے امتحانی سنجیدہ اور مخلص ہیں۔۔۔ اللہ آپ کا یہ اخلاص قبول فرمائے۔ آمین۔

نفس کی تربیت کا علم آسانی کیلئے دو حصوں میں بانٹ دیا ہے پہلا حصہ شعوری کوشش conscious struggle اور دوسرا حصہ رسائی access کا ہے۔ شعوری کوشش سے رسائی حاصل کرنے کی جانب سفر کیا جاتا ہے۔

☆☆☆☆☆☆

توبہ اور ہدایت، زمان و مکاں کا تصور،  
مشاہدہ حق کی طاقت اور مراقبہ ارتکاز کی حقیقت

Repentance & Guidance, Time & Space, Difference

Between Two Tyepes of Meditation

(Observation & Concentration)

## توبہ اور ہدایت

### Repentance and Guidance

ہدایت گائیڈنس guidance ہے۔ ہدایت براہ راست اللہ تعالیٰ عطا فرماتا ہے۔ اگر اللہ تعالیٰ ارادہ کرے تو انسان کو بچانے والا اسے درست سمجھانے والا اور کوئی نہیں۔ ہدایت نہ دے گا نیز نہ کرے تو انسان کو بچانے والا اسے درست سمجھانے والا اور کوئی نہیں۔ نفس غافل ہے سو یا ہوا ہے dreaming state میں ہے۔ جب تک یہ اللہ کی جانب تمام تر اخلاص اور پوری توجہ کے ساتھ نہ ملے بھی ہدایت نہیں پاتا کیونکہ اللہ غافل کو ہدایت نہیں دیتا۔۔۔

ہدایت مانگنے سے ملتی ہے۔۔۔ طلب کرنا ہوتی ہے۔۔۔ اگر کسی کو ہدایت چاہیے تو اس کیلئے سب سے پہلے اسے اپنے رب کی طرف پلٹنا ہوگا توبہ repentance کرنا ہوگی۔ توبہ انفرادی گناہ پر بھی ہے اور ساری زندگی پر بھی توبہ کی جاتی ہے۔

ہر مسلمان ہدایت چاہتا ہے اور توبہ بھی کرتا ہے مگر سوال یہ ہے کہ کتنے خلوص سے کرتا ہے؟ کسی سے بھی پوچھا جائے تو یہی جواب ہے کہ اللہ مجھے ہدایت عطا کرے۔۔۔ میں توبہ کرتا ہوں۔۔۔ یہ تکلف formality ہم سب روز ہی کرتے ہیں لیکن کیا اس سے بھی کوئی فرق پڑا ہے؟

اللہ اور کاری سے نہیں۔۔۔ بلکہ اخلاص sincerity سے مکمل بہ کرم ہوتا ہے۔ کہنے لوگ ہیں جنہوں نے اپنی زندگی میں پوری قوت، پورے جذبے سے تمام تر اخلاص کے ساتھ اللہ سے ہدایت طلب کی اور تو یہ کی؟ کیا ان کی تعداد آٹے میں نمک کے برابر نہیں ہے؟ ایسا کیوں ہے؟ اس کیلئے سب سے پہلے ہمیں ہدایت کو جاننا ہے اور پھر تو یہ کو۔

ہر انسان اپنے رب تک پہنچنے کی خواہش رکھتا ہے۔ جان بوجھ کر کوئی گناہ گار نہیں ہے۔۔۔ اللہ کو پانے کی طلب پیدا ہو جانے کے بعد انسان ہر طرح سے کوشش کرتا ہے۔ ہر جگہ سر مارتا ہے، کبھی شریعت، کبھی تصوف کبھی روحانیت کے معمولات زندگی پر حاوی ہوتے ہیں مگر دیانتداری سے غور کرنے پر صاف نظر آتا ہے کہ معمولی سی بہتری minor improvement کے سوا اندر سے کچھ بھی نہیں بدل سکا۔۔۔

اس معاملے میں سب سے غور طلب نکتہ یہ ہے کہ اللہ کو جانے والے جتنے راستوں پر انسان کوشش کرتا ہے وہ اپنی انتہاؤں پر جا کر کسی نہ کسی مقام پر ایک بند دروازے کے سامنے جا ختم ہوتے ہیں۔

انسان ہر دروازہ کھول سکتا ہے مگر وہ دروازہ جہاں سے خدا کی دنیا شروع ہوتی ہے اس کا وینڈل باہر نہیں ہے بلکہ اندر ہے یہ دروازہ انسان نہیں کھول سکتا اسے صرف اللہ کھولتا ہے۔ جتنے بھی راستے اس دروازے کو جاتے ہیں وہ وحیدہ، نیر سے، الجھا دینے والے اور خاردار ہیں۔ ان راستوں میں ایک رستہ ایسا ہے جو صاف ہے، سیدھا ہے اس میں کوئی الجھاؤ confusion نہیں ہے۔

یہ رستہ مختصر ترین عرصہ میں اس دروازے تک جا پہنچتا ہے اور چونکہ رستہ مستقیم ہے اس کو اللہ نے صدقہ و ایت verification بخش دی ہے اس لیے جو اس سیدھے رستے صراطِ مستقیم پر چل کر پہنچتا ہے اسے دروازہ کھلا ملتا ہے۔

باقی تمام راستوں میں آخر کار ناکامی ہے، تھکن ہے، اضطراب ہے۔ ان راستوں کی قسمت میں منزل نہیں ہے اس لیے سب سے بڑا نقصان یہ ہوتا ہے کہ مسافر کا بے پناہ وقت اور زندگی ضائع ہو جاتی ہے۔۔۔

وہ سیدھا راستہ اسلام کا ہے۔۔۔ سلامتی کا ہے۔۔۔ امن peace کا ہے۔۔۔ لیکن وہ اسلام وہ صراطِ مستقیم آخر ہے کیسا؟ اُس کی منازل کیا ہیں؟ سفر کتنا ہے؟ پڑاؤ کیسے ہیں؟ اُس رستے میں شہر کون کون سے آتے ہیں؟ ابتدا مسافر کو کہاں سے کرنی ہے؟۔

یہ سب کون بتائے گا؟ کیا کوئی عالم؟ کوئی مرشد؟ کوئی پیر فقیر؟ ہرگز نہیں۔۔۔

کوئی بتانے والا نہیں ہے سوائے اللہ کے۔۔۔ اسی گائیڈنس کو اسی رہنمائی کو ہدایت کہتے ہیں۔ اللہ بذاتِ خود رہنما ہے۔۔۔ اللہ ہی گائیڈ ہے۔۔۔ اور اللہ ہی منزل ہے۔۔۔ نبی اکرم کی ذاتِ بابرکت کے بغیر یہ سفر نہیں کٹ سکتا اور استاد کی ضرورت بھی نہ بھی پڑ جاتی ہے مگر یہ سب بعد میں ہے پہلے گائیڈنس ہے پہلے ہدایت ہے۔ سب سے پہلے اللہ ہے۔ جب تک اللہ رستے کا قہین نہ کر دے کچھ حاصل نہیں ہوتا۔

اللَّهُ يَهْدِي الْقَوَمَ مَنْ يَشَاءُ وَيَهْدِي الْقَوَمَ إِلَى ضَلَالٍ ۚ

اللہ جسے چاہے اپنی طرف کھینچ لیتا ہے اور جو اس کی طرف رجوع کرتا ہے

اسے راہ دکھاتا ہے۔

(الشوریٰ 13)

ہدایت کا طلبکار ہونے کیلئے پہلے اس کا امیدوار ہونا پڑتا ہے اور یہ امید حاصل کرنے کیلئے توبہ کرنا ہوتی ہے۔ یہ توبہ اپنی پچھلی ساری زندگی پر کی جاتی ہے۔ جو ہو گیا، جو کر لیا اس پر توبہ کی جاتی ہے اور توبہ کے قبول ہونے کی علامت یہ ہوتی ہے کہ غلط guilt ختم ہو جائے۔۔۔

انسان پچھلی ساری زندگی کو بھول جائے۔۔۔ یہ نیا جنم new birth ہے۔۔۔ اس کیلئے بے پناہ اخلاص اور آہنی عزم و ہمت کی ضرورت ہے۔۔۔ یہ انسان کی زندگی کا سب سے بڑا فیصلہ ہے۔۔۔ اگر وہ جان چکا ہے کہ اب تک جو زندگی اُس نے جی ہے وہ اندھے کی زندگی ہے تو ایسی زندگی کو کیا کرتا ہے؟

ایک اصل توبہ چاہیے اور سب ختم ہو جاتا ہے۔ نفس کا اللہ سے جھگڑا ختم ہو جاتا ہے جنگ ختم ہو جاتی ہے۔ توبہ شرمندگی ہے، عداوت ہے، آنسو ہے۔ ساری زندگی اس کشمکش میں گزار دینا کیسی بھیا تک غلطی ہے کہ میں توبہ بھی کرتا ہوں ہدایت بھی مانگتا ہوں پھر ویسے کا وہی رہتا ہوں۔

زندگی یا تو اللہ کے ساتھ ہے یا اللہ کے بغیر ہے۔۔۔ یہ درمیان والی اذیت ختم کر دینا ہوتی ہے۔۔۔ ایک کپ چین لینا ہوتا ہے۔۔۔ ایک حقی فیصلہ کرنا ہوتا ہے۔۔۔ یا تو ہم اللہ کے ساتھ ہیں۔۔۔ یا نہیں ہیں۔۔۔ انسان کو زندگی میں ایک اصل توبہ کی بنیاد رکھنا ہے۔ یہ توبہ ہی اصل توبہ ہے جو اپنی ساری گزر چکی زندگی پر کرتا ہے۔

يُرِيدُ اللَّهُ لِيُذْهِبَ عَنْكُمُ الرِّيسَ الَّذِي فِيكُمْ وَيُقَدِّسَ لَكُمُ الْاٰمَالَ وَيُؤْتِيَ الْمَالَ ۚ وَاللَّهُ يُوَفِّي الْمَالِ غَيْرُ الْمَالِ ۚ وَاللَّهُ يُؤْتِي مَن يَشَاءُ مَن يَشَاءُ ۚ وَاللَّهُ يُؤْتِي مَن يَشَاءُ مَن يَشَاءُ ۚ وَاللَّهُ يُؤْتِي مَن يَشَاءُ مَن يَشَاءُ ۚ

اللہ چاہتا ہے کہ تمہارے لیے خوب کھول کر بیان کرے اور تمہیں پہلوں کی راہ پر چلائے اور تمہاری توبہ قبول کرے، اور اللہ جاننے والا حکمت والا ہے۔ اور اللہ چاہتا ہے کہ تمہاری توبہ قبول کرے اور جو لوگ اپنے حُزروں کے پیچھے گئے ہوئے ہیں وہ چاہتے ہیں کہ تم راہِ راست سے بہت دور ہٹ جاؤ۔

فَأَمَّا مَنْ كَلَبَ وَاعْتَلَّ ضَالِحًا فَاعْلَمْ أَنَّهُ لَا يَكُونُ مِنَ الْمُنْقِلِحِينَ ۝

پھر جس نے توبہ کی اور ایمان لایا اور نیک عمل کیے سو امید ہے کہ وہ

نجات پانے والوں میں سے ہوگا۔

(قصص 67)

اس توبہ کیلئے انسان کو رسم بندگی ادا کرنی ہے۔ کسی رات میں جب دنیا سوچاںگی ہو اور اللہ آسمان دنیا پر نزول فرما چکا ہو۔ ہمیں اس کے آگے جھک جانا ہے، سب کچھ مان لینا ہے، تسلیم کرنا ہے، سچے دل سے، اخلاص کی شدت سے ہماری چشم حزیں سے وہ آنسو کا کھسی کے سر کے برابر قطرہ نکالنا ہے جس پر ہمیں بخش دیا جائے کہ دینے والے کی ذات بھی خدائی ہے اور بخشش بھی۔ ہمیں اپنی ساری زندگی پر جو ہم اپنی مرضی سے گزار چکے اس مرضی پر توبہ کرنی ہے۔ ہمیں اللہ کے سامنے اعتراف کرنا ہے کہ ہم اسے نظر انداز کر کے جیتے رہے ہیں۔ ہمیں اپنی گزشتہ زندگی سے جبراری کا اظہار کرنا ہے۔

اے اللہ ایک گناہ گار، ایک غافل جو بھی کر سکتا تھا وہ میں نے کیا ہے۔۔۔ جو ہو گیا سو ہو گیا۔۔۔ میں بھی بھول جاتا ہوں۔۔۔ تو بھی بخش دے۔۔۔ میری توبہ کو قبول کر۔۔۔ جب پرانا حساب کلیئر ہو جائے تو پھر ہدایت کی دعا کی جائے۔۔۔ گڑگڑا کر، بھکاری کی طرح، صحرا میں گمشدہ ایک جاں بلب مسافر کی طرح فریاد کی جائے۔۔۔

اے اللہ میں توبہ کر چکا اور یہ یقین رکھتا ہوں کہ توبہ قبول کر چکا۔ میں ایک گمشدہ انسان ہوں، میری کوئی پہچان کوئی شناخت میرے پاس نہیں۔ مجھے ہدایت عطا کر، میری رہنمائی کر مجھے گائیڈنس دے۔ اے اللہ یہ دعا مانگ لینے کے بعد کل میرے جذبات میں ایسی شدت نہ رہے گی جیسی آج ہے کہ میں تو غفلت میں ہوں تو مجھے سنبھال لے۔ اگر میں گمراہی میں جاؤں تو مجھے روک لے، مجھے بچالے۔

اسے میرے رب میں تو خلوص sincerity ہی سے مانگ سکتا تھا آج یہ خلوص مجھ میں ہے مجھے تو مل جا۔ میری غفلت کو مجھ سے دور کر دے۔ میں اپنا آپ تیرے حوالے کرتا ہوں جدھر تو بہتر سمجھتا ہے اب مجھے لے چل۔۔۔

رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً  
إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ ۝

اے رب ہمارے! جب تو ہم کو ہدایت کر چکا تو ہمارے دلوں کو نہ بھیر اور اپنے ہاں سے ہمیں رحمت عطا فرما بے شک تو بہت زیادہ دینے والا ہے۔

(آل عمران 8)

جس دن یہ رسم بندگی ادا ہوگئی اس دن کے بعد سے معاملات، حقائق اور واقعات بدلنا شروع ہو جائیں گے۔ دل کا سچا ہونا اور اخلاص۔۔۔ یہ دونوں لازم شرائط ہیں۔۔۔ انسان چونکہ جلد باز ہے اس لیے دعا کے بعد فوری نتیجے کی امید رکھتا ہے جبکہ اللہ کی کائنات میں ثبوت نام کی کوئی شے نہیں۔ ایسا لگے گا کہ کچھ بھی نہیں ہو رہا۔ نہ تو دعا کا کوئی اثر نظر آ رہا ہے اور نہ ہی حالات ہدایت کو چاتے نظر آتے ہیں۔ مگر ایسا ہرگز نہیں۔

جب ایک مدت جیسے مثال کے طور پر چھ ماہ سے ایک سال کے بعد پلٹ کر دیکھا جائے گا تو انسان ششدر رہ جائے گا کہ وہ کیا سے کیا ہو گیا ہے۔۔۔ کام ہو رہا ہوتا ہے مگر ہوتا ہوا نظر نہیں آتا۔۔۔ وہ اللہ ہی کیا جو پکڑائی دے جائے۔۔۔

نظر وہاں سے آتا ہے جہاں سے نظر آنے کا کوئی گمان تک نہیں ہوتا۔۔۔ بس اللہ پر بھروسہ اور اعتماد رکھنا ہوتا ہے۔ اثر رہنا ہوتا ہے۔ اپنی اصلاح میں مصروف عمل ہونا ہوتا ہے۔ حالات وہ واقعات پر کڑی نگاہ رکھنی ہوتی ہے۔ پھر آہستہ آہستہ انسان کو دکھائی دینا شروع ہوتا ہے کہ اس کیلئے نئے رستے بنائے جا رہے ہیں۔



نئے اسباب اس کی زندگی میں داخل ہو رہے ہیں۔ زندگی، ذہن عقل نفسیات، کاروبار اخلاق، زاویہ نظر سمیت بہت ہی غیر محسوس انداز میں ہر شے تبدیل ہونے لگتی ہے۔ یہ مانگیرہ سکوپک ہے۔۔۔ یہ نینو ٹیکنالوجی ہے۔۔۔ یہ عام نظر سے آپ کو کبھی بھی ہوتا ہوا دکھائی نہ دے گا۔۔۔ اللہ اس انقلاب کو دیکھنے والی نظر بھی عطا فرماتا ہے۔۔۔ زندگی کے ارد گرد موجود ہر شے کی حقیقت بدلنے لگتی ہے۔ دوست احباب، ماں باپ، رشتے دار اور تعلقات سمیت سارا معاشرہ بدلنے لگتا ہے۔

اندرونی و بیرونی تمام دنیا میں انتہائی حیرت انگیز اور ناقابل بیان تبدیلیاں رونما ہونے لگتی ہیں۔ آزمائشوں کی نوعیت بدل جاتی ہے۔ ہدایت یافتہ اور غیر ہدایت یافتہ اشخاص کی زندگیوں میں آنے والی آزمائشوں میں بھی زمین آسمان کا فرق ہوتا ہے۔ ظاہری اعتبار سے تو یہ ایک جیسی دکھائی دیتی ہیں مگر ان کے مابعد نفسیاتی اثرات دونوں پر نہایت مختلف انداز میں اثر انداز ہوتے ہیں۔ ہدایت کے بغیر آنے والی آزمائشوں میں صرف اذیت ہے، دکھ کرب اور بلا ہے، سٹریس اور ڈپریشن ہے جبکہ ہدایت یافتہ کو جو بھی آزمائش آتی ہے اس میں دکھ اور تکلیف کا پیمانہ بہت کم اور قابل برداشت ہوتا ہے۔ سٹریس اور ڈپریشن بالکل نہیں ہوتا اور اگر بالفرض محال ہو بھی تو وقتی short term ہوتا ہے۔

ہدایت یافتہ کو پتہ ہوتا ہے کہ آزمائش کا مقصد دباؤ ہے اور دباؤ سے میرے نفس میں کشائش آئے گی۔ اس لیے ہر آزمائش اسے علم کے نئے درجات پر متمکن کرتی۔۔۔ اللہ سے مزید قریب کرتی جاتی ہے۔ نفس جبلی طور پر ہدایت سے آشنا ہے۔۔۔ مگر اسے ڈر یہ ہوتا ہے کہ اگر خلوص دل سے ہدایت میں نے اللہ سے مانگ لی اور عطا ہو گئی تو میری ساری زندگی بدل جائے گی۔ اب چونکہ یہ اپنی زندگی کی ہر شے کو ملکیت سمجھتا ہے اس سے جڑا Attach ہوتا ہے اس لیے یہ اپنی ملکیت چھن جانے کے خوف سے جب بھی ہدایت کی دعا کرتا ہے

غیر خبیثی سے کرتا ہے۔ نفس کو یوں لگتا ہے کہ ہدایت مل جانے کے بعد زندگی خشک ہو جائے گی۔ اس کی رنگینی ختم ہو جائے گی ہر وقت ٹوپی مصلّا اور مسجد و قرآن کی دنیا اس کی دھمیں دنیا کو ہی کر دے گی۔۔۔ نفس کو خیر نہیں کہ ایسا ہرگز نہیں ہے۔ اللہ کی دنیا سے زیادہ دیکھیں اور کوئی دنیا نہیں ہوتی یہ کوئی ان سے پوچھے جو اللہ کی دنیا میں رہتے ہیں۔

وَالَّذِينَ جَاءَهُدُوا فَيَقُولُ لَيْسَ بِنَبِيِّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ ۝  
اور جنہوں نے ہمارے لیے کوشش کی ہم انہیں ضرور اپنی راہیں سمجھا دیں گے،  
اور بے شک اللہ نیکو کاروں کے ساتھ ہے۔

(العنکبوت 69)

فَالَّذِينَ آمَنُوا أَغْنَىٰ وَآلُفِي ۝ وَصَدَّقَ بِالْحُسْنَىٰ ۝ فَسَنُيَسِّرُهُ لِلْيُسْرَىٰ ۝  
تو جس نے راہِ خدا میں دیا اور خدا کی نافرمانی سے پرہیز کیا اور بھلائی کو چکے مانا  
اُس کو ہم آسان راستے کیلئے سہولت دیں گے۔

(الزلزلہ 57)

إِنَّا عَلَيْنَا لَلْهُدَىٰ ۝ وَإِنَّا لَنَالِ الْآخِرَةَ وَالْأُولَىٰ ۝

بے شک ہمارے ذمے راہ دکھانا ہے۔ اور بے شک ہمارے ہی ہاتھ  
میں آخرت بھی اور دنیا بھی ہے۔

(الزلزلہ 12، 13)

جس اللہ راستہ دکھا دیتا ہے تو انسان پر انکشاف ہوتا ہے کہ اس راستے پر اُس کے عظیم فیاض  
کی روشنی کرنے کیلئے پہلے سے ہی موجود ہیں پھر اُسے جس کسی استاد کی دنیا میں



ہے۔ مسئلہ یہاں یہ پڑتا ہے کہ نفس صرف گناہوں میں ہی ملوث نہیں ہوتا بلکہ اسے کسی بھی نئی عادت مثلاً نماز، قرآن کو اپناتے ہوئے شدید دقت ہوتی ہے۔ نیک کاموں میں فوری سرور و انبساط نہیں پایا جاتا اس لیے عادت کو مستقل اختیار کرنا کار و شوار ہو جاتا ہے۔ نفس کو جس شے، عمل میں فوری نتیجہ instant result ملتا ہے وہ اس کا فوری عادی ہو جاتا ہے جس عمل کا نتیجہ اسے فوراً نہیں ملتا اُن اعمال کو اختیار کرنا اس کیلئے بہت ہی مشکل ہے۔

ایک تو پرانی عادات پر قائم رہنے کی اور واپس اپنی پہلے والی زندگی کو پلٹ جانے کی ضد اور دوسرائی عادات کو اختیار کرنے میں بے پناہ تساہل اس مقام تو بہ پر اسے اپنا شکار کرنے کی پوری کوشش کرتے ہیں۔ مثال کے طور پر ہر بار نفس ارادہ کرتا ہے کہ نماز کی ہر حال میں پابندی کروں گا صبح فجر کی نماز لازمی پڑھنا ہے۔ مگر وقت آنے پر تساہل کا مظاہر ہو کر کمزور قوت ارادی کے ہاتھوں مار کھاتا ہے۔

یہاں پر بار بار تو بہ کے ساتھ تفتیش inquiry کی بے حد ضرورت پڑتی ہے ورنہ تو بہ کے مقام پر قائم رہنا دشوار ہو جاتا ہے۔ ہر روز اچھے کاموں کا ارادہ کرنا اور پھر ان پر عمل نہ کر پانا یہ واردات سب کے ساتھ ہو رہی ہوتی ہے اور انتہائی کامیابی سے اسے نظر انداز بھی کیا جا رہا ہوتا ہے۔

اللہ کی تلاش کے سفر میں قوت ارادی کو مضبوط کرنا ہوتا ہے۔ اس کے کمزور ہونے کا صرف ایک مطلب ہے کہ نفس کو کبھی پوچھا ہی نہیں گیا۔ کبھی اس سے سوال نہیں کیا گیا۔ انکواری کی کبھی رحمت نہیں کی گئی۔ یہ کبھی کسی کو جواب دہ رہا ہی نہیں۔۔۔ آج کے بعد اگر آپ کوئی کام کرنے کا ارادہ کر لیں اور اس کو کرنے میں ناکام ہو جائیں مثال کے طور پر آپ نے یہ فیصلہ کیا تھا کہ کسی صورت کسی انسان کو ہرگز گالی نہ دیں گے لیکن عادت

کے ہاتھوں مجبور ہو کر پھر ایسا ہو گیا تو اب کی بار نظر انداز کرنے یا بچھتانے کی بجائے اپنے  
نفس کے ساتھ بیٹھ جائیں۔ کسی تنہا جگہ پر جہاں بھی موقع ملے بیٹھ جائیں۔ اور خود سے  
پوچھیں۔۔۔ کہ جب یہ فیصلہ ہو گیا تھا تو پھر تم نے ایسا کیوں کیا؟ گہری تنجیدگی سے پوچھیں  
اور دھیان سے سنیں کہ کیا جواب آتا ہے۔

نفس کہے گا کہ آئندہ ایسا نہیں کروں گا یا یہ کہے گا کہ مجھ سے غلطی ہو گئی خیال ہی نہ رہا۔ اس  
کی بات سنیں وہ آپ کو بتاتا چاہ رہا ہے کہ ابھی اس کی تربیت خام ہے۔ اسے توبہ  
کروائیں۔ خود کو توبہ کروائیں اور آئندہ خود سے ایسا نہ کرنے کا عہد لیں۔ اگر نفس وجہ  
بتائے reason دے کہ دوسرے نے بھی برا بھلا کہا اس لئے جواب میں گالی نکل گئی تو  
کبھی اس کی بات نہ مانیں۔ اسے ٹرینڈ کریں کہ کوئی کچھ بھی کہے گا لی دینا کسی صورت جائز  
نہیں۔۔۔ سمجھائیں۔۔۔ اسے خود پر کبھی ترس نہ کھانے دیں کبھی خود سے ہمدردی نہ کرنے  
دیں۔ آہستہ آہستہ قتل سے اسے علم سے روشناس کروائیں۔ توبہ یاد دلانیں۔

اس انگوائری کو ہر عمل پر لاگو کر دیں جب بھی کوئی ایسا کام ہو جو آپ کو اللہ سے دور کرنے کا  
باعث بن رہا ہو کچھ بھی ایسا ہو جو آپ نہیں چاہتے تھے کہ ہو جائے تو وہیں رک  
جائیں stop everything اور اپنے نفس سے اپنے ذہن سے انگوائری کریں۔

دھیرے دھیرے آپ دیکھیں گے کہ آپ کے ذہن میں بے پناہ قوت ارادی پیدا  
ہونا شروع ہو گئی ہے۔ نفس کی بے جا مزاحمت کم ہو رہی ہے اور آپ نئی عادات کو اختیار  
کرنے میں آسانی محسوس کرنے لگے ہیں اور نفس میں پرانی ناپسندیدہ عادات کو پلٹنے کا  
رتھان کم ہو رہا ہے۔ اس میں بہت وقت لگتا ہے۔ یہ دنوں میں ہونے والا کام نہیں ہے  
اسے صبر و تحمل اور حوصلے کے ساتھ جاری رکھنا ہوتا ہے۔ اپنے ساتھ ڈائلاگ شروع کریں۔  
خود سے مخاطب ہوں۔

بول کر خود سے بات کریں، سرگوشی کریں یا ذہن میں ہی بات کریں۔ جس انداز سے آپ کا دل کرتا ہے ویسے مخاطب ہوں لیکن خود سے مخاطب ہونے کا آغاز کریں۔۔۔ اپنے آپ سے پیچھے کا کوئی فائدہ نہیں اور نہ ہی خود کے سامنے بے بس ہونے میں کوئی عزت اور وقار ہے۔ نفس کو یہ سہلی آزادی نہیں دی جاسکتی کہ وہ جو چاہے کرتا پھرے۔ اسے جواب دیتا ہوگا اور جس دن اسے پتا چل گیا کہ جواب طلب کیا جاتا ہے یہ محتاط ہو جائے گا۔ تنبیہ کی اختیار کرنے لگے گا۔

نفس کی مثال ایک شرارتی بچے کی سی ہوتی ہے کہ جب ماں اس سے غافل ہو تو یہ اودھم مچانے لگتا ہے لیکن جیسے ہی ماں اسے دھمکی آمیز کڑی اور خبردار نظر سے دیکھے یا اسے اس بات کا احساس ہو جائے کہ ماں مجھ پر نگران ہے مجھے دیکھ رہی ہے اس کی شرارتیں ختم ہو جاتی ہیں اور وہ ایک سلجھے ہوئے بچے کی طرح باادب ہو جاتا ہے۔

اپنے نفس کی فطرت کو سمجھیں۔۔۔ اس پر طنز بھی کیا کریں۔ کبھی کبھی اپنا مذاق بھی اڑالینا چاہیے۔۔۔ انسان اپنی اوقات میں رہتا ہے۔ عزت نفس کا کوئی وجود نہیں ہے self respect اس دنیا کا سب سے بڑا جھوٹ اور دھوکا ہے۔ کس کی عزت؟ کاہے کی عزت؟ وجود کی، بے جان جسم کی عزت؟ حواس کی یا پھر ذہن کی عزت؟ آخر یہ عزت ہے کس کی؟

مَنْ كَانَ يُرِيدُ الْعِزَّةَ فَلِلَّهِ الْعِزَّةُ جَمِيعًا

جو شخص عزت چاہتا ہو سو اللہ ہی کے لیے سب عزت ہے

(فاطر 10)

ہم اپنے نفس پر طنز، استہزاء کرنے کی قابلیت پیدا ہو جاتی ہے تو نفس کا تکبر، غرور تیزی سے کم ہونے لگتا ہے۔ آپ کو اپنے نفس کے درمیان ایک اور نفس پیدا کرنا ہے جو اس

نفس کو کنٹرول کرنا شروع کرے گا، اسے تعلیم دے گا، تربیت دے گا۔ خود پر طرز  
استحزاء کی صورت میں یہ نفس خود آپ کو پیدا کرنا ہے مگر خیال رہے کہ خود پر موقع عمل دیکھ  
کر ہنسنا ہوتا ہے۔ مضطرب کریں جب لوہا گرم ہو۔ ہر وقت کا طرز اور تفحیک اسے الٹا غور  
ترسی self sympathy کا شکار کر دے گی جو نفس ہی کا ایک جال ہے۔

طرز اور استحزاء کرنے والے اسی نئے نفس سے ترقی improvement کا سفر شروع ہوتا ہے  
ہے یہی نفس آگے جا کر نفس مطمئنہ میں تبدیل ہوتا ہے۔ یہ کام ساری زندگی کرنا ہوتا ہے۔  
بھی بھی مسافر مطمئن نہیں ہو سکتا۔ کبھی یہ نہیں سوچ سکتا کہ میں کہیں پہنچ گیا ہوں، کچھ بن گیا  
ہوں، کچھ پا گیا ہوں۔ یہ بہت بھیا تک غلطی ہے۔ اس سے مجاہدہ برباد ہو کر رہ جاتا ہے۔  
کبھی مطمئن نہیں ہو سکتے کہ خیر و شر کی کشمکش موت تک پورے زور شور سے ہر لمحہ جاری و  
ساری رہتی ہے۔ انگواڑی کرنے کیلئے آپ کو ہر وقت باخبر رہنا ہوتا ہے aware رہنا  
ہے۔ اندرونی و بیرونی دنیا پر کڑی نگاہ رکھنا ہوتی ہے کہ نفس ہر جگہ پوری طاقت اور ذہانت  
سے فعال ہے۔ ایک ایک حرکت کو جانچنا scan کرنا ہوتا ہے۔ غفلت نفس کی فطرت ہے  
یہ غافل ہونا چاہتا ہے۔ بے پرواہی میں جینے کا خواہاں ہے۔

وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسُهُمْ أُولَٰئِكَ هُمُ  
الْقَاسِيُونَ ۝

اور قسم ان لوگوں کی طرح نہ ہو جانا جنہوں نے اللہ کو بھلا دیا تو اللہ نے بھی انہیں اپنے  
نفس سے غافل کر دیا اور ایسے ہی لوگ نافرمان ہوتے ہیں۔

(المشر 19)

ہر جگہ محرکات stimulus کا جال بچھا ہوا ہے جن سے بے پناہ سوچ کا ریسپانس پیدا ہو رہا  
ہے۔ اس کا بہترین طالع باخبری awareness ہے۔

بہت ہوشیار رہیں active رہیں۔ غفلت میں زندگی مت گزاریں۔ ذہن کو سوچوں کے  
سند میں ہر لمحہ فرق رہنے کی عادت ہے اس گہرے سمندر سے باہر نکالیں۔ جس جگہ  
جی جائیں وہاں کے درویش اور وہاں موجود ہر شے سے مکمل باخبر رہیں۔۔۔  
جہاں کرنے سے نفس اپنی محویت dreaming سے باہر آنے لگتا ہے۔ سڑک پر چلنے  
پونے لوگوں کا، موٹر سائیکل سوار کا، گاڑی والے کا، بس ٹرین میں بیٹھے ہوئے مسافروں کا  
مشاہدہ کریں تو آپ پر حقیقت منکشف ہوگی کہ سب اپنے خیالوں میں گم ہیں اپنے ارد گرد  
کے ماحول سے بیگانہ ہو کر ہر آدمی اپنی سوچ کی داریوں میں جھنک رہا ہے۔ بظاہر جاگتا  
دکائی دینے والا ہر انسان سو رہا ہے۔

اپنے ماحول سے پوری طرح خبردار رہیں۔ موسم کا پورا لطف اٹھائیں۔ ستاروں کو چاند کو  
دیکھیں، پودوں کو دیکھیں، بچوں کو دیکھیں اپنے ارد گرد موجود لوگوں کو دیکھنا شروع کریں۔  
آپ کو احساس ہوگا کہ آپ سو رہے تھے حالت تویم dreaming state میں تھے  
جگاڑ تھے۔۔۔ اب آپ کو ہوش آنے لگے گی۔

نفس ہوشیار ہوتا شروع ہوگا۔ غفلت زدہ آنکھ کھلے گئے گی۔ یہ نفسیاتی ارتقاء  
psychological evolution کا آغاز ہے۔ یہ انقلاب کی شروعات ہے۔ یہاں  
سے نفس کا حقیقی شروع ہوتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے قرآن کریم میں سورۃ الشمس میں سب سے  
مومن قسم کھائی۔ دس بار سے بھی زیادہ پھر فرمایا۔۔۔

وَالشَّمْسِ وَظَهْأَهَا ۝ وَالْقَمَرِ إِذَا تَلَاَهَا ۝ وَالنَّهَارِ إِذَا جَلَاَهَا ۝ وَاللَّيْلِ إِذَا  
يَغْشَاَهَا ۝ وَالسَّيِّءِ وَمَا يَنْهَاَهَا ۝ وَالْأَرْضِ وَمَا تَحْطَاَهَا ۝  
وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ۝ مَا أَهْبَتْهَا جُؤْرَهَا ۝ وَتَقْوَاهَا ۝ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ۝  
وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ۝



سورج کی اور اس کی دھوپ کی قسم ہے۔ اور چاند کی جب وہ اس کے پیچھے آئے۔ اور رات کی جب وہ اس کو روشن کر دے۔ اور رات کی جب وہ اس کو ڈھانپ لے۔ اور آسمان کی اور اس کی جس نے اس کو بنایا۔ اور زمین اور اس کی جس نے اس کو بچھایا۔ اور نفس کی اور اس کی جس نے اس کو درست کیا۔ پھر اس کو اس کی بدی اور نیکی سمجھائی۔ بے شک وہ کامیاب ہوا جس نے اپنی روح کو پاک کر لیا۔ اور بے شک وہ غارت ہوا

جس نے اس کو آلودہ کر لیا۔

(النفس 103)

☆☆☆☆☆☆

"فَلْيَعْلَمْ رَبُّهُ نَفْسٌ مُّعْرِضًا"

## زمان و مکاں

### Time and Space

نفس کو سمجھنے کیلئے سب سے اہم تصور concept زمان و مکاں time and space کا ہے۔ یہیں سے شعوری کوشش کے سفر کا آغاز ہوتا ہے۔ زمان و مکاں دوئی ہے duality ہے۔ نفس دوئی duality کا تاثر effect پیدا کرنے کیلئے خود کو ہر شے سے علیحدہ یا الگ کرتا ہے۔ اس علیحدگی کیلئے اُسے خلا space کی ضرورت پڑتی ہے۔ اسے ایسے سمجھتے ہیں۔۔۔

مشاہد observer اور مشہود that which is the observed کے درمیان ایک خلا ہے space ہے۔ یہ مکان ہے۔ اس مکان میں space میں جو مشاہد اور مشہود کے درمیان خلا کی صورت موجود ہے فاصلہ پیدا ہوتا ہے۔ اسے / measure distance کہتے ہیں۔

اس فاصلے / measure distance میں شاہد کی معلومات مشہود تک اور مشہود کی معلومات شاہد تک لے جانے کیلئے سوچ thought پیدا ہوتی ہے جو اس فاصلے میں آنے اور جانے کا سفر طے کرتی ہے۔

اس سوچ کے آنے اور جانے میں جو شے پیدا ہوتی ہے اسے وقت time کہتے ہیں۔ اس لیے سوچ thought، وقت time ہے۔ یہ زمان و مکان کی درست تعریف دینے کے لیے بھی دیکھا وہاں زمان کو وقت time اور مکان کو خلا space کہہ کر جان چھڑائی جاتی ہے۔ فاصلے کا measurement / distance کا ذکر ہی نہیں ملتا۔

لگتا تو یہی ہے کہ زمان و مکان time & space کی اس سے زیادہ آسان تعریف اور کوئی نہیں۔ پھر بھی اس کا سمجھ آ جانا ایک الگ ہی شے ہے۔ اس لیے اسے جاننے کی کوشش کرتے ہیں کہ جس کو زمان و مکان سمجھ میں آ گیا اُس کی بڑی مشکل آسان ہو جائے گی۔ جو بیان کیا ہے اُس کا خلاصہ انگریزی میں یہ ہے۔

There is a space between the observer and the  
observed, in that space there is distance  
and in that distance thought is taking  
place which is time.

وقت time دو طرح کا ہے ایک حیاتیاتی biological time ہے یہ سورج کے گرد زمین کے گھومنے سے پیدا ہوتا ہے جس کا ایک حصہ چاند بھی ہے کہ اس کے گھٹنے اور بڑھنے سے وقت کی منازل طے کی جاتی ہیں۔ بائیولوجیکل ٹائم تقریباً اپنی انتہاؤں پر پہنچ چکا ہے۔ دنیا تباہی کے کنارے پر کھڑی ہے۔ اسے اب زیادہ دیر تک بچایا نہ جاسکے گا یہ حقیقت ایک اندھا بھی دیکھ سکتا ہے۔

وقت دو طرح کا بالکل ایسے ہے جیسے کشش ثقل gravity دو طرح کی ہے۔ پہلی " ہے جو زمین پر موجود انسان سمیت ہر شے کو زمین سے جوڑے ہوئے ہے bind کے ہوئے ہے۔ دوسری وہ ہے جو زمین کو خلا میں اُس کے مدار سے جوڑ کر رکھتی ہے اور اسے

دوسری طرح کی فوری آف گریوٹی force of gravity زمین پر موجود انسانوں سمیت کسی شے پر اثر انداز نہیں ہوتی۔ یہی وجہ ہے کہ خلا باز جب خلا میں حرکت کرتے ہیں تو ان پر کوئی کشش ثقل نہیں ہوتی۔ وہ ادھر ادھر ڈولنے پھرتے ہیں مگر زمین اسی وقت ان کے ارد گرد خلا میں موجود زمین سمیت تمام سیارے ستارے چاند سورج ہر شے اپنی سمت پر پھل رہی ہوتی ہے۔

زمین سے خلا میں جانے والی ہر شے کشش ثقل سے آزاد ہو جاتی ہے تو پھر خود زمین کو یہ آزادی کیوں نہیں؟ حالانکہ وہ بھی تو اسی خلا میں ہے۔۔۔ اس کا مطلب ہے یہ ایک اور طرح کی کشش ثقل ہے جس نے زمین کو خلا میں باندھ رکھا ہے۔ اس دوسری قسم کی کشش ثقل کا اثر صرف خلائی اجسام پر ہوتا ہے۔

وقت time کی بات ہو رہی ہے۔ کشش ثقل کی طرح وقت بھی دو قسم کا ہے۔ جو حیا جاتی وقت biological time ہے اسے کوئی نہیں روک سکتا۔ یہ کروڑوں بیگن وقت chronological time ہے۔ اسے ہر حال میں چلتا ہے۔ سورج کو نکلنے سے اندھ کے سوا کوئی نہیں روک سکتا اور اس نے کہا ہے کہ وہ اسے ایک دن روک دے گا۔ قیامت کا مطلب وقت کا اختتام ہے end of time ہے۔۔۔

دوسری طرح کے وقت کو نفسیاتی وقت psychological time کہتے ہیں۔ یہ سوچ کی حرکت ہے movement of thought ہے۔ نفسیاتی وقت خواہش desire میں لپٹا ہوا ہے۔

یہاں سے وہاں تک جانے کی سوچ، انسان جو آج نہیں ہے وہ کل تک بن جانے کی سوچ۔۔۔ یہ وسعت expansion کی سوچ ہے جو اپنی ذات میں غور ایک خواہش ہے۔ یہ ارتقاء evolution کا حصہ ہے۔

یہ نفسیاتی ارتقاء ہے جو جاری ہے۔ psychological evolution ہے۔ حیاتیاتی ارتقاء biological evolution تقریباً مکمل ہو چکا ہے انسان کے ہاتھ اب تین یا چار نہیں ہو جائیں گے وہی رہیں گے۔

نفسیاتی وقت psychological time امید hope بھی ہے۔ جو ماضی میں ہو چکا ہے اُسے بہتر کرنے کی سوچ میں وقت ہے، اُس سے بچنے کی سوچ وقت ہے۔ اسے دوبانے، دوبارہ کرنے، اس کے بارے میں کچھ بھی نہ کرنے کی سوچ وقت ہے۔ یہی سائنس کیلکولیشن کا نام ہے جو انفرادیت میں بھی چل رہا ہے اور اجتماعی انسانیت میں بھی کارفرما ہے۔

نفس سے آزاد ہونے کیلئے ذہن کو اپنے نفسیاتی وقت کو سمجھنا ہوتا ہے۔ حیاتیاتی وقت کو روکا نہیں جاسکتا مگر نفسیاتی وقت سو فیصد روکا جاسکتا ہے، تبدیل اور ختم کیا جاسکتا ہے ورنہ یہ موت کی صورت میں از خود ختم ہو جاتا ہے جسم کی موت نفس کیلئے قیامت سے کم نہیں۔۔۔ وقت کے بعد فاصلے measurement / distance کی باری آتی ہے۔ دُنیا کی ساری ٹیکنالوجی خواہ وہ قدیم ہو یا جدید اس کی بنیاد فاصلہ / میٹریکس measurement ہے۔ اگر میٹریکس measurement نہ ہو تو کوئی ٹیکنالوجی نہیں ہے۔

چاہے وہ میٹرنہ ruler ہو یا سوچ کا فاصلہ distance ہو ایک ہی بات ہے دونوں نام میٹریکس کے ہی ہیں۔ فاصلے کے بغیر کوئی میٹریکس نہیں ہے۔ یہ میٹریکس انتہائی ضروری ہے کہ اس کے بغیر کچھ بھی تحقیق نہیں کیا جاسکتا۔ میٹریکس کا یہ آئینہ یا سب سے پہلے قدیم یونان میں آیا اور وہاں سے تمام دنیا خصوصاً مغرب کو منتقل ہوا۔ اسی میٹریکس کے اصول سے ریاضی Mathematics، جہر میں آیا۔ یہ میٹریکس صرف ریاضی تک ہی محدود نہیں بلکہ اس سے انسان نے قابلِ compare کرنا سیکھا ہے۔

ایک شاعر سے دوسرے شاعر کا تقابل، ایک مذہب سے دوسرے مذہب اور ایک انسان سے دوسرے انسان کا موازنہ اسی پیمائش Measurement سے وجود میں آیا ہے۔ بالکل اسی طرح ہمارے نفس میں بھی ہر وقت تقابل comparison کا فرما ہے۔ میں ایسا نہیں ہوں جیسا مجھے ہونا چاہیے۔ مزید پیسہ، مزید طاقت یہ سب تقابل comparison سے ہوتا ہے۔ جس کی بنیاد پیمائش measurement ہے۔

مکان space بھی اسی طرح دو قسم کا ہے مادی اور نفسیاتی۔۔۔ مادی اسپیس materialistic Space کو سمجھنے کیلئے بڑے شہروں mega cities کو دیکھیں۔ لوگوں کا بے پناہ جھوم ہے۔ انسانوں کی اس قدر کثرت ہے کہ خدا کی پناہ۔ نتیجہ اس کا یہ کہ مکان چھوٹے اور گلیاں تنگ ہوتی جا رہی ہیں۔ جب باہر کی دنیا میں جگہ space کم ہونے لگتی ہے تو نفسیاتی ٹھنڈن بے پناہ بڑھتی ہے۔ حد سے زیادہ بڑے شہر جرائم اور ظلم کی پیداوار کو بے اندازہ بڑھاتے ہیں کیونکہ وہاں کے رہنے والے عظیم دباؤ میں آچکے ہوتے ہیں۔ اس کا تجربہ آپ کسی پر جھوم جگہ یا لوگوں سے کچھا کھج بھری ہوئی ٹرین، بس یا لٹ میں کر سکتے ہیں۔ ہر آدمی دوسرے کو دھکے دینا شروع کر دیتا ہے کیونکہ اس کے پاس جگہ space بہت کم رہ جاتی ہے۔

ایک وجہ ہے کہ بڑے شہروں کے رہنے والے چھٹیوں میں مضائقہ علاقوں، پارکس اور پہاڑی مقامات کا بھاگ بھاگ رخ کرتے ہیں کیونکہ انہیں کچھ دیر کیلئے جگہ space چاہیے ورنہ وہ پاگل ہو جائیں گے۔ یہ فارمولا کچھ مدت کیلئے کام کرتا ہے لیکن پھر اس کے اثرات تیزی سے ختم ہو جاتے ہیں اور پھر وہی بھیڑ زدہ پر جھوم زندگی انسان کو وحشت میں جتا کر دیتی ہے۔ اس کے برعکس دیہات اور کھلے علاقوں میں رہنے والے لوگوں کو اکثر کہیں بھی جانے کی حاجت محسوس نہیں ہوتی کیونکہ وہ کشادگی میں ہوتے ہیں ہاں سیر و تفریح

کی بات اور ہے۔ کسی بھی قسم کے جانوروں کو ان کی گنجائش سے کہیں کم جگہ میں بند کر دیا جائے تو کچھ ہی دیر میں ان میں بے چینی ظاہر ہونا شروع ہو جاتی ہے وہ اپنے اپنے بھول بھال کر ایک دوسرے پر سانس لینے کیلئے چڑھ دوڑتے ہیں یہی فطرت انسانوں کی ہے جس پر ہر انسان کو غور کرنے کی ضرورت ہے۔

اسی طرح نفسیاتی مکان psychological space جو کہ ہمارا شعور ہے اس میں بہت تنگی ہوتی ہے۔ یہاں معلومات کا بے اندازہ ہجوم ہوتا ہے پہلے بھی لکھا جا چکا کہ ہم دوسروں کے علم سے کچھ کچھ بھرے ہوتے ہیں۔ ذہن میں علم کے ساتھ خوف لالچ بغض حسد کینہ محبت نفرت اُمید، خوشی طاقت کمزوری، زندگی موت اور نہ جانے کیا کیا بھرا ہوا ہوتا ہے۔ ذہن میں دنیاوی علم بے پناہ غالب ہوتا ہے۔

ذہن mind ہمیشہ مقبوضہ حالت occupation میں رہتا ہے جس کی وجہ سے اس میں جگہ space بہت کم ہوتی ہے۔ اگر مشاہدہ کیا جائے تو ہمارا شعور ہر قسم کی معلومات سے بھرا ہوا ہوتا ہے۔ علم کی زیادتی اصل مسئلہ نہیں ہے مسئلہ تو بے ترتیب ادھر ادھر کے علم سے ہے۔ ذہن میں بے پناہ گنجائش ہے مگر بات یہ ہے کہ آپ اگر اس میں کوڑے کا ڈبیر اکٹھا کر کے پہاڑ بنا دیں تو ساری جگہ اس پہاڑ کے پیچھے چھپ جاتی ہے۔ جبکہ نافع علم ہمیشہ کسی ترتیب order میں ہوتا ہے تب ہی نفع دے سکتا ہے۔ اگر سکول کی جماعتیں نظم و ضبط order کے بغیر ہوں تو کیا سمجھ میں آئے گا؟

اگر پرانمیری سے پہلے ہی میٹرک کرنے پر انسان کمر بستہ ہو جائے تو کیا حاصل ہوگا؟ خلاہ cosmos کا مشاہدہ کریں۔ بھری پڑی ہے لاکھوں کروڑوں، ان گنت سیاروں، ستاروں سے اریوں کھریوں ہر گنتی سے زیادہ خالق کائنات کی تخلیق کا شاہکار پیچیدہ ترین کھیل کشائیں کھریوں ستاروں سیاروں کو اپنے اندر سموئے ہوئے ہیں مگر ایک بے حد

نہ صورت ترتیب کے ساتھ magnificent discipline کے ساتھ اللہ اس کائنات میں کارفرما ہے۔ ذہن انسان میں بھی اتنی ہی عظیم گنجائش ہے۔ علم کے بیکراں سندر پنے جاسکتے ہیں اور تفکلی ہے کہ پھر بھی باقی رہے گی۔

بات ماری یہ ہے کہ ذہن میں علم ہے یا کچھ اکٹھا کیا ہوا ہے؟

انسان اس قسم کے پاگل پن میں مصروف ایک الجھے ہوئے ذہن کے ساتھ اس دنیا کو جاننے کی کوشش کر رہا ہے خواہ وہ اس کی انفرادی دنیا ہو یا ایک نفس سارے انسانوں میں متکفل ہو کر اجتماعی طور پر اس سیارے کو جس کا نام اس کو بنانے والے نے دنیا رکھا ہے جاننے کی کوشش کرے وہ کبھی کامیاب نہیں ہو سکتا۔

جب تک وہ اپنے اندر کے کچھ رے کو صاف نہیں کرتا اپنے اندر موجود علم کو ترتیب نہیں دیتا اور آدھن کر نہیں کرتا تب تک اسے اعلیٰ شعور عطا نہیں ہوتا اور اس کیلئے جس صفائی کی جس پاکیزگی purification کی ضرورت ہے اسے تزکیہ نفس purification of the self کہتے ہیں انسان ہمیشہ سے ہی جس سے گریزاں ہے۔ یہی وجہ ہے کہ دنیا کو کبھی کوئی درست سمت میں نہ چلا سکا۔ اس روئے زمین پر اگر کبھی مکمل انقلاب آیا ہے تو حضور کی حیات مبارکہ میں آیا ہے۔ آپ کے طفیل اللہ نے انسانوں کو اسلام عطا فرمایا جس کی بنیاد ہی نفس کا تزکیہ ہے۔

انسانیت کو صلیک کرنا تب تک نہ تو ہمارا فرض ہے اور نہ ہی ہم سے ایسا ہو سکتا ہے جب تک کہ ہم اسلام کو اپنی انفرادی زندگی میں خود پر لاگو apply کرنے میں کامیاب نہ ہو جائیں۔ نفس انفرادی طور پر خود کو پاک کرنے میں کامیابی حاصل کر لے تو ایسا نفس دوسروں کیلئے، معاشرے کیلئے نفع کا ہدایت کا سبب بن کر اللہ کے ہاں کامران ہو سکتا ہے بصورت دیگر یہ ایک نواب ہی رہے گا۔



نفس کو خود میں وسعت پیدا کرنا ہوگی space چاہے۔۔۔ تاکہ شعور اعلیٰ سطح پر متمکن ہو اور اصل علم کا نزول ہو سکے اس کیلئے نفس کو اپنے اندر چلتے وقت کو درست کرنا ہے۔۔۔ بدانا ہے۔۔۔ اور کہیں کبھی کبھی اسے منہم بھی کر دیتا ہے۔۔۔ وقت سوچ ہے۔۔۔ یہ سوچ کی حرکت ہے۔۔۔ اور جب سوچ بدل جاتی ہے وقت بدل جاتا ہے۔۔۔ نفس سمیت یہ ساری دنیا یہ زمانہ و مکاں سب کچھ بدل جاتا ہے۔۔۔

☆☆☆☆☆☆

## مراقبہ کیا ہے؟

### What Is Meditation?

مراقبہ کا مطلب ہے غور کرنا۔ مراقبہ لفظ رقیب سے نکلا ہے۔ رقیب اسمائے الہی سے ایک اسم ہے جس کا معنی نگہبان ہے۔ اصلاحی معانی اس کا غور و فکر ہے۔ مراقبہ کے بغیر بات کا بننا دشوار ہے، بے حد دشوار ہے۔ مراقبہ دنیا کے اکثر مذاہب میں ہے خاص طور پر مسلمانوں، بدھ مت کے ماننے والوں اور ہندوؤں میں یہ بے حد مقبول ہے۔

یہ اس کتاب کا اہم ترین باب ہے اس لیے اسے انتہائی غور سے پوری توجہ سے پڑھنے کی اشد ضرورت ہے۔ مراقبہ دو طرح کا ہے۔ ایک تصوف mysticism میں ہے جو مشاہدے observation سے ہوتا ہے۔ تصوف میں مراقبہ کوئی عمل کوئی پریکٹس نہیں ہے بلکہ ایک حالت ہے جس میں نفس انسان غور و فکر کے بلند ترین درجہ پر ہوتا ہے۔ یہ علم خواص elites کا ہے، نایاب ہے۔ اب تو ڈھونڈے سے بھی نہیں ملتا۔ یہ ہوشیاری میں ہے، اہلے میں ہے، ہوش اور عقل میں ہے۔

دوسری قسم کا مراقبہ روحانیت spirituality کا ہے۔ جو دھیان / ارتکاز concentration سے ہوتا ہے۔ اس کا عمل ہے، پریکٹس practices میں۔

مراقبہ ہے۔ خاص وجہ اس کی تعلیم دستیاب ہے۔ یہ سرور میں ہے۔  
یہ مہر پر ہے، فارمولے پر ہے۔ روحانیت ساری کی ساری اس کے سہارے  
شکر میں ہے۔ جذب اور جذبیت میں ہے۔ روحانیت ساری کی ساری اس کے سہارے  
کھڑی ہے۔ یہ اندھیرے میں اور روشنی میں ہے۔۔۔

سب سے بڑا فرق جو آج کل اکثر لوگوں کے وہم و گمان میں بھی نہیں وہ یہ کہ تصوف  
mysticism میں روحانیت spirituality نہیں ہے اور روحانیت میں کوئی تصوف  
نہیں ہے۔

تصوف میں علم سے نفس کو پڑھا جاتا ہے، دیکھا جاتا ہے، اسے سدھایا جاتا ہے۔ تصوف  
میں کشف و کرامت ایک بوجھ ہے اس لیے صوفی اس سے گریزاں ہوتا ہے۔ روحانیت میں  
نفس کو علم نہیں دیا جاتا اسے سدھانے کا کوئی تصور نہیں ہے بلکہ اسے فنا کرنے  
annihilate کی کوشش کی جاتی ہے۔ روحانیت میں کشف و کرامت باعثِ فخر ہے

بزرگی کی علامت ہے۔۔۔ جو علم سے ملتا ہے۔  
اللہ کی تلاش کرنے والے کو روحانیت سے کوئی سروکار ہرگز نہیں ہو سکتا۔ کسی چلے و غلپے کسی  
تعموید اور کسی جن اور موکل کا کوئی دخل تصوف میں نہیں ہے۔ تصوف تو اللہ کی تلاش ہے،  
اپنی پہچان ہے۔ مگر دردناک حقیقت ہے کہ آج کل ہر جگہ روحانیت ہی برسرِ اقتدار  
ہے۔ بہر حال دونوں طرح کے مراقبوں کی اصل کھول کر بیان کی جارہی ہے تاکہ سچ اور  
جھوٹ الگ الگ ہو جائے۔۔۔ کھونے کھرے کی پہچان ممکن ہو۔۔۔

☆☆☆☆☆☆

## صوفی مراقبہ (مشاہدہ حق)

### Mystic's Meditation (Observation of the Truth)

نفس کے وچھیدہ ترین نظام کو ضروری سطح تک جان لینے کے بعد انسان کو اس طریقہ کار کی شدت سے تلاش ہوتی ہے جس کی مدد سے وہ خودی کے اس ظلم ہو شر با کو جس نے اس کی ذات کو چہار سو جکڑ رکھا ہے توڑ سکے۔ نفس کو کسی بھی سطح پر جان لینے کے بعد انسان ہر صورت اس کے چنگل سے نجات پانا چاہتا ہے۔ نفس کا علم نفس کے جال کو کمزور تو ضرور کر دیتا ہے مگر پھر بھی محض اس کے علم سے انسان خود کو اس کے پیچوں سے کبھی نہیں چھڑا سکتا۔ علم نفس سے انسان پر اس کا نفس عیاں ہو جاتا ہے۔ اس میں بہت خوبی بھی پیدا ہو جاتی ہے مگر پھر بھی یہ ہشت پانچھی سدھرنے کو اطاعت surrender کرنے کو چاہ نہیں ہوتا۔ اس مقام پر نفس کے ساتھ علم کی بنیادیں مل چکی ہوتی ہیں۔ خودی کے پر شکوہ قلعے کی اینٹیں جا بجا اکٹری چکی ہوتی ہیں مگر عمارت construct بدستور قائم و دائم ہوتی ہے۔

سولی مراقبہ (مشاہدہ حق)  
اب اس کے پرانے ناقص علم کی جگہ نئے اور اعلیٰ علم کی ضرورت پیش آتی ہے۔ ذہن غریب  
جان لیتا ہے اس کے علم کا ماخذ source ناقص ہے۔ وہ اعلیٰ علم و عقل تک پہنچنے کی اس  
شدید طلب اپنے اندر پاتا ہے۔

یہاں اسے مراقبہ کی اہمیت کا احساس ہوتا ہے۔ وہ جان جاتا ہے کہ جب تک اس پر اعلیٰ  
ترین علم نازل نہیں ہوتا وہ کبھی نجات نہیں پاسکتا۔ اس مقام سے روحانیت اور تصوف کی  
راہیں جدا جدا ہوتی ہیں۔ عبادات کی انتہا، خلوص دل کا بے کراں جذبہ، نفس کے تزکیہ کی بے  
پناہ محنت کے باوجود انسان دیکھتا ہے کہ کسی منظم اور مربوط نظام تعلیم کے بغیر وہ تزکیہ کی بلند  
منازل طے کرنے اور اعلیٰ مدارج حاصل کر پانے میں ناکام ہو رہا ہے۔

یہ جائے استاد ہے tacher is required۔ مگر بد قسمتی یہ ہے کہ عصر حاضر میں بڑے  
استاد قصہ پارینہ ہو چکے ہیں اور ان کی جگہ روحانیت کے پٹھے سے منسلک باز نگہ لے  
چکے ہیں۔ باخلاص سالک کو اپنا غلام کر لیا جاتا ہے۔ ایسی اطاعت اس سے مانگی جاتی ہے  
جیسی نعوذ باللہ رسول کیلئے ہوتی چاہیے۔ اس کے ایمان کو سلب کر لیا جاتا ہے۔ ایک سے  
بڑھ کر ایک ذاکو اس رستے میں گمات لگا کر بیٹھا ہے۔

سالک کو یقین دلایا جاتا ہے کہ وہ اللہ کی تلاش میں آخر کار ٹھیک جگہ پر پہنچا ہے۔ اپنی تمنا  
کے ہاتھوں مجبور سالک جب شیشے میں اتر آتا ہے تو اسے مراقبہ (دھیان۔ ارتکاز) کے  
ظلمات میں لاوارث لاش کی طرح پھینک دیا جاتا ہے۔

روحانیت اس دنیا میں شیطان کا سب سے عظیم دھوکا ہے اور اس دھوکے کو حقیقت بنانے کیلئے  
اس کا سب سے بڑا ہتھیار مراقبہ ہے جو دھیان، ارتکاز سے کیا جاتا ہے۔ دھیان  
concentration کو کہتے ہیں، ارتکاز کو کہتے ہیں۔ یہ طاغوت کا مراقبہ ہے، ارتکاز میں  
شیطان ہے۔ ارتکاز کا مراقبہ جھوٹ ہے۔۔۔۔۔

اور نکاح کی مکمل تفصیل اور اس کے بارے میں ہر انکشاف اگلے باب میں ہوگا۔ اس باب میں ہم اصل مراقبہ کی بات کر رہے ہیں۔ اصل مراقبہ صرف اور صرف مشاہدے سے کیا جاتا ہے یہ observe کرنے کا alert رہنے کا عظیم علم ہے۔ اصل مراقبہ کیا ہے؟ اس علم کو جاننے کی کوشش کرتے ہیں۔۔۔

ہدایت یافتہ طرز زندگی جینا اور خوف سے آزاد ہو کر زندگی میں پوری طاقت سے پروئے کار آنے کے علم کو مراقبہ کہا جاسکتا ہے۔ یہ نفس کی بلند ترین سطح پر بہت سی جہلیات سے ماورا ہو جانے کی ایک کیفیت کا نام ہے جو نفس پر طاری ہو جاتی ہے۔ مراقبہ اس حالت زندگی کا نام نہیں کہ انسان دنیا سے بے پرواہ ہو کر سر کے بال اور داڑھی مونچھ بڑھا کر گوشہ نشینی میں کسی عمل کسی practice میں خود کو محو کر دے۔ مراقبہ کا کوئی وقت نہیں ہے۔ یہ کوئی عمل نہیں ہے۔ مراقبہ تو ایک کیفیت کا نام ہے جسے حالت مراقبہ meditative state کہا جاتا ہے اور یہ کسی عمل کسی پریکٹس کسی فارمولے سے حاصل نہیں ہوتی بلکہ اس کی بنیاد صرف اور صرف مشاہدہ حق ہے observation of truth۔

مراقبہ کوئی ایسے شے نہیں جسے روزانہ صبح شام یا مخصوص اوقات میں چند گھنٹوں کیلئے کیا جاتا ہے اور پھر اس کے بعد اپنی وہی پرانی زندگی کے معمولات کو شروع کر دیا جاتا ہے۔ مراقبہ meditation کا لفظ بہت مقبول ہے اور عام لوگ حتیٰ کہ خواص کی کثیر تعداد بھی اسے ایک عمل سمجھتی ہے جبکہ یہ حقیقت خوب سمجھ لینے کی ہے کہ مراقبہ ایک کیفیت ہے۔

یہ جان لینے کے بعد کہ مراقبہ کی کیفیت مشاہدہ حق سے حاصل ہوتی ہے۔ ہمیں مشاہدہ کے بارے میں جاننا ہے۔ یہ بہت وسیع اور عظیم علم ہے اس لیے ہمیں بہت آہستہ آہستہ اس کی جزئیات میں جانا ہے اور ایک ایک سطر کو، ایک ایک لفظ کو ہوش سے پوری توجہ سے دیکھنا ہے۔

سوائی مراقبہ (مشاہدہ حق) سے سمجھ لینا بہت ضروری ہے تاکہ تصور concept ایک بار پھر مراقبہ کو ایک مختلف طریقے سے سمجھ لینا بہت ضروری ہے تاکہ تصور concept بالکل واضح ہو جائے۔ مراقبہ کوئی ایسی شے نہیں جسے آپ کو (کرنا پڑے)۔ مراقبہ کیا نہیں ہے۔

جانتے ہوئے ہے۔ مراقبہ صرف اور صرف مشاہدہ observation سے ہے۔ ہم کون ہیں؟ کیسے بنی رہے ہیں؟ ہمارے خوف کیا ہیں؟ ہماری پریشانی anxiety کیا ہے؟ ہمارے دکھ کیا ہیں؟ کیا ہم اپنی خوشی (ایک ایسی خوشی جو ہمیشہ برقرار رہے) کیلئے زندگی کی تمام تکالیف اور جاسوس کوشش کو گوارہ کیے ہوئے ہیں؟ ہم نے زندگی میں دوسروں کے بارے میں کیسے کیسے خود ساختہ تصورات images قائم کر رکھے ہیں جن کی مدد سے ہم روزمرہ زندگی میں بروئے کار آتے ہیں؟ جیسے بڑے سوالات کے جوابات دھونڈنے کے عمل کو مشاہدہ حق کہتے ہیں اور اس مشاہدہ حق سے مراقبہ کی کیفیت meditative state پیدا ہوتی ہے۔

مشاہدہ حق observation of the truth کے نام سے ظاہر ہے کہ ہمیں صرف سچ کو دیکھنا ہے۔ سچ کا مشاہدہ بے پناہ طاقت کا حامل ہے۔ سچ کیا ہے؟ سچ ہمیشہ حقیقت کو کہا جاتا ہے اور حقیقت fact ہے اس کے مقابل آئیڈ یا ideal ہے آئیڈ یا خیال کا نام ہے۔

ہمیں ہر شے کے ہر انسان کے بارے میں ایک آئیڈ یا ہوتا ہے حتیٰ کہ خود اپنے بارے میں بھی ہمارے آئیڈ یا ہوتے ہیں۔ یہ آئیڈ یا ابھی سچ fact نہیں ہوتے۔ ہر شے کا ایک سچ ہے۔ ہر انسان کا بھی ایک سچ ہے۔۔۔ ہمیں اسی سچ کا ہر شے میں مشاہدہ کرنا ہے۔ یاد رہے کہ سچ fact کو کسی صورت کوئی reject نہیں کر سکتا جبکہ آئیڈ یا کو خیال کو ہر جانب سے رد کیا جاسکتا ہے۔

زمین پر آکسیجن موجود ہے جس سے اس سیارے پر زندگی ممکن ہے یہ ایک fact ہے۔ اسے رد نہیں کر سکتے۔ کسی اور سیارے پر بھی آکسیجن ہو سکتی ہے یہ ایک آئیڈیا ہے اسے رد rejection کا سامنا کرنا ہوگا۔

جج کے متعلق دوسری اہم ترین بات یہ ہے کہ جج کو کبھی بھی مکمل طور پر نہ تو بیان کیا جاسکتا ہے اور نہ ہی لکھا جاسکتا ہے۔ جج جیسے ہی زبان سے ادا ہوتا ہے لفظ کا محتاج ہو جاتا ہے اور لفظ کبھی بھی جج کی ترجمانی نہیں کر سکتے۔ جج جیسے ہی بیان کیا جاتا ہے اس کی حالت بدل جاتی ہے اور وہ مکمل نہیں رہتا۔

اس کو ایک مثال سے سمجھتے ہیں۔ ایک شخص گلاب کی پھول کی خوشبو سونگھتا ہے اس کی روح تروتازہ ہو جاتی ہے۔ وہ شخص اپنے ساتھ موجود کسی دوسرے یا کسی بھی شخص کو یہ بتانا چاہتا ہے کہ وہ کیسا محسوس کر رہا ہے۔ اس کیلئے اس کے پاس خواہ کتنے ہی جامع الفاظ ہوں وہ کبھی اپنی اس کیفیت کو دوسروں تک منتقل نہیں کر سکتا جو اسے محسوس ہوتی ہے۔

اگر سواذنی گلاب کے ایک پھول کی خوشبو سونگھیں اور اپنی کیفیت اپنے احساس کو لفظوں سے بیان کریں تو صاف نظر آئے گا کہ ہر انسان کا بیان مختلف ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ہم ساری زندگی دوسروں تک اپنے جذبات پہنچانے کی کوشش کرتے تھک جاتے ہیں مگر ہمیں پتا چلتا ہے کہ کسی کو ہماری بات ویسے سمجھ نہیں آرہی جیسے ہم بتانا چاہ رہے ہیں۔

ایسا اس لیے ہوتا ہے کہ جج کبھی مکمل طور پر بیان نہیں کیا جاسکتا اور جتنا بھی ادھر اور اس جج زبان کے سہارے بیان کیا جاتا ہے اس کے معانی یکسر تبدیل ہو جاتے ہیں کیونکہ ہر شخص والا بات کی اپنی سمجھ کے حساب سے تشریح interpretation کرتا ہے۔ ایک جملہ جیسے ہی پڑا جاتا ہے وہ دوسرے کی سماعت میں پہنچنے ہی اپنی کیفیت بدل دینے پر مجبور ہو جاتا ہے۔



بات کرنا لکھنا تو مجبوری ہے کہ اس سے آگے کوئی میڈیم medium ہمارے پاس موجود نہیں مگر یہ خوب سمجھ لینا چاہیے کہ کچھ کو جاننے کا ایک ہی طریقہ ہے اور وہ اس کا مشاہدہ ہے۔

As you speak truth, you almost destroy it and as someone else listen your statment of truth. He dstroys it completely by interpreting it

throughout his own mind.

استدلال عقلی عقلی

مشاہدہ کے آغاز سے پہلے سب سے ضروری یہ ہے کہ انسان یہ جان لے اور مان لے کہ وہ کچھ نہیں جانتا۔ جب تک ذاتی علم کی جان نہ چھوڑ دی جائے تب تک مراد کو پہنچنا ناممکنات میں سے ہے۔ جو بھی ہم جانتے ہیں اس سے دستبردار ہونا ہوتا ہے۔ جب تک انسان لا اوری (میں نہیں جانتا I don't know) کی حالت پر نہیں آتا وہ مزید کچھ نہیں جان سکتا۔۔۔ ذاتی علم مشاہدے کی سب سے بڑی رکاوٹ ہے۔۔۔

ایک شخص رستے میں جا رہا ہے اور وہ ارد گرد کے ماحول کے بارے میں سب کچھ جاننے کا خیال رکھتا ہے تو وہ اندھا ہو جاتا ہے۔۔۔ ذاتی علم کی مداخلت interference کو گھنے کی کوشش کریں۔۔۔

جب کوئی انسان آپ کے سامنے آتا ہے تو آپ کا کیا مشاہدہ ہوتا ہے؟ سامنے والے انسان کا ایک تصور آپ کے ذہن میں پہلے سے تخلیق ہے آپ اسی ایج image سے اس انسان کو دیکھ رہے ہیں اس سے برتاؤ behave کر رہے ہیں۔ بیوی کا الگ ایج ہے، والد کا الگ، باپ کا الگ، ماں کا اور ہے۔ کیا بھی آپ نے اپنے ذاتی علم سے تخلیق کیے ہوئے عکس image کے بغیر کسی انسان کو براہ راست direct دیکھا ہے؟

اسی طرح نظر آنے والے ہر منظر، ہر شے، ہر انسان کا ایک ٹکس ہمارے اذہان میں ذاتی علم personal information کے طور پر موجود ہے۔ یہی وہ ذاتی علم سے بنا میسج ہے۔ مشاہدہ بیرونی بھی ہے اور اندرونی بھی۔۔۔ ہر شے کو اس کے image کے بغیر دیکھنا ہوتا ہے۔ جیسے ہی انسان کسی بھی شے کو یہ سمجھ کر دیکھتا ہے کہ وہ اس کے بارے میں سب جانتا ہے اس شے کی حقیقت اس سے اوجھل ہو جاتی ہے۔

کسی انتہائی خوبصورت قدرتی منظر پر پہلی نظر پڑتے ہی آپ کی کیا حالت ہوتی ہے؟ بے پناہ خوبصورتی۔۔۔ قدرت کی منافی کا شاہکار۔۔۔ کوئی بھی حسین منظر پہلے لمحے میں آپ کو مبہوت کر کے رکھ دیتا ہے۔۔۔ اس وقت آپ کیا سوچ رہے ہوتے ہیں؟ کچھ بھی نہیں۔۔۔ سچ عظیم ہے۔ سچ جب سامنے آتا ہے تو سوچ رک جاتی ہے اور جب سوچ رک جائے تو اس لمحے صرف محبت رو جاتی ہے۔ صرف جذبہ compassion رو جاتا ہے۔ مشاہدہ شروع ہو جاتا ہے۔۔۔ مگر ان شروعاتی لمحات کے فوراً بعد ذہن پہلے جھٹکے سے سنبھل جاتا ہے۔ ذاتی علم کی مداخلت شروع ہو جاتی ہے۔ یہ پہاڑ ہے، پہاڑ ہاتھ سے بنا ہے۔ اس پر برف پڑی ہے میں جانتا ہوں برف کیا ہے۔ یہ چشمہ ہے اس کا پانی اس پہاڑ پر موجود برف سے پگھل کر نیچے آ رہا ہے۔۔۔

اب سوچ تجزیہ کرنا شروع کر دیتی ہے جیسے ہی سوچ کی حرکت پیدا ہوتی ہے قدرت خود کو نقاب میں چھپا لیتی ہے۔ وہ حسن ازل آنکھ سے اوجھل ہو جاتا ہے اور پھر انسان اس اولین لمحے کی یاد تازہ کرنے کیلئے اس عظیم احساس کو دوبارہ پانے کیلئے اس منظر کو کئی بار دیکھنے آتا ہے مگر کچھ نہیں ملتا۔ ایک آدمی یہ جانتا ہے کہ وہ کچھ بھی نہیں جانتا اسے کسی شے کا علم نہیں ایسے انسان کے سامنے قدرت اپنے آپ کو خود کھولتی ہے reveal کرتی ہے۔ اپنا آپ اس پر عیاں کرتی ہے۔ یہ راز زندگی ہے۔۔۔

گلاب کا ایک پھول لے کر کسی پارک کے بیچ پر خاموش بیٹھ جائیں۔ اسے دیکھیں  
observe کریں۔ گلاب کا پھول جو آپ کے ہاتھ میں ہے آپ اس کے بارے میں  
کچھ نہیں جانتے۔ اسے محسوس کریں، چھوئیں، اس کی خوشبو میں لپٹے ہوئے قطرے مٹم  
جاں کو معطر ہونے دیں۔ یہ وہ گلاب نہیں جس کو آپ جانتے ہیں۔ ہر گلاب ایک نئی اور  
شاعر تخلیق ہے۔ آپ کے ہاتھ میں اللہ کی زبردست ٹیکنالوجی سے وجود میں آئی وہ شاندار  
شے ہے جو ذاتی علم کی پہنچ سے ماوراء ہے beyond knowing ہے۔

آپ دیکھیں کہ آپ کے ہاتھ میں اس ذات عظیم نے کس قدر خوبصورت تخلیق تھما دی ہے۔  
اس گلاب کی ہتھیلی ہتھیلی کا مشاہدہ کریں۔ تمام ممکن جزئیات all possible details  
کا مشاہدہ کریں۔ کس قدر حسین اور جاوید جمال والی تخلیق ہے۔ بغیر کسی علم کے اسے  
دیکھیں۔۔۔

یہ گلاب کا پھول نہیں ہے۔ ہاں آپ کو علم ہے کہ اس گلاب کہتے ہیں۔۔۔ مگر اس وقت یہ علم  
کہاں سے لگتا ہے؟ کہاں سے آ رہا ہے، کہاں سے یہ مداخلت interference ہو رہی ہے۔۔۔۔  
نہایت غور سے مشاہدہ کریں۔۔۔ یہ گلاب آپ سے جڑا ہوا ہے۔ شاہد اور مشہود دونوں ہی  
تخلیق ہیں۔۔۔ دیکھتے رہیں۔۔۔

خود سے پوچھیں یہ کیا ہے؟ کیا آپ واقعی جانتے ہیں کہ آپ کے ہاتھ میں کیا ہے؟ ہرگز نہیں۔  
آپ نہیں جانتے کہ یہ کیا ہے۔ اللہ جانتا ہے آپ نہیں جانتے کہ یہ کیا ہے۔۔۔۔  
مشاہدہ کریں۔۔۔

آپ کا کام صرف گواہ witness ہونا ہے۔ آپ بس اس وقت گواہ رہیں۔۔۔ عالم نہ  
ہیں۔۔۔ جاننے والے نہ ہیں۔ خود کو یہ نہ بتائیں کہ آپ جانتے ہیں کہ وہ کیا ہے؟ جب  
چاپ ہوشیاری کی آنکھ سے اسے دیکھیں۔۔۔ کیا ہو رہا ہے؟

آپ کی حیات senses اس گلاب کے پھول سے ڈنٹا کھڑا کر دی ہیں۔ آنکھ کچھ دہی ہے اور نفس راہن کو بھیج رہی ہے۔ ہاتھ اسے چھو رہے ہیں analyse کر رہے ہیں، ناک اسے سونگھ رہی ہے اور خوشبو کے ایک ایک ذرے particle کی انفارمیشن اندر پہنچا رہی ہے۔ انتظار کریں۔۔۔۔۔

کچھ ہی دیر میں ذہن کی حرکت مدھم ہونے لگے گی۔ ذہن آپ کو چند لمحات میں گلاب کے پھول کے بارے میں سب کچھ بتا چکا ہے۔ اب اس کے پاس کہنے کو، مداخلت کرنے کو اور کچھ نہیں ہے۔ اپنے اندر اور باہر مشاہدہ کرتے رہیں۔۔۔۔۔

گلاب کے پھول سے جڑی ماضی یا مستقبل کی کسی سوچ کو حرکت نہ دیں steer نہ کریں۔ یاد رکھیں آپ ارٹھکا نہیں کر رہے concentrate نہیں کر رہے۔

آپ اپنی پوری توجہ full attention سے گلاب کو دیکھ رہے ہیں اسے attend کر رہے ہیں۔ بس ان ہی لمحات میں راز کھلنے لگے گا۔ گلاب کا پھول کیا ہے، وہ حقیقت کیا ہے۔۔۔ آپ پر خود بخود عظم کا نزول ہونے لگے گا۔

پہلے حیرت پیدا ہوگی۔۔۔ پھر آپ دیکھیں گے کہ محبت کا ایک عظیم پیشہ آپ کے اندر اُبل پڑا ہے۔ آپ پھول سے جڑ جائیں گے connect ہو جائیں گے۔ پھر خوب نظر آئے گا، غیب کچھ آئے گا کہ کیا دیکھا جا رہا ہے۔۔۔ یہ صرف گلاب کا ایک پھول ہے۔ مشاہدہ حق کی پاک نظر جہد صرخ کوزخ کرتی ہے نقاب اُلتے چلے جاتے ہیں۔ پھر وہ عظم حاصل ہوتا ہے جو دہان کی گرفت میں نہیں ہے کیونکہ وہ عظیم سچ ہے greatest truth ہے۔ اسے کسی سے دہان نہیں کیا جاسکتا ہے۔ اس کا مشاہدہ کیا جاتا ہے۔ یہ عقل سے ماوراء دنیا ہے جو صرف نیرت اور محبت کی آنکھ سے دکھائی دیتی ہے۔ مشاہدے کیلئے توجہ درکار ہے، پوری قوت کے ساتھ بروئے کار آتی توجہ۔۔۔۔۔

power of جس میں خیال کی کوئی جھلک نہیں ہے۔ یہ توجہ کی طاقت ہے۔  
attention ہے۔ یہ عظیم ترین اور مہیب طاقت ہے جو انسان کو عطا ہوتی ہے۔ اسے

دیکھتے ہیں۔۔۔

توجہ attention غفلت کا توڑ ہے۔ غافل سونے والا نہیں بلکہ جاگتے میں خواب دیکھنے  
والا ہوتا ہے۔ dreaming state میں زندہ رہنے والا ہوتا ہے۔ انرتی کے باب میں  
تفصیل سے لکھا جا چکا ہے کہ ہر وقت سوچوں میں ڈوبا رہنے والا بہت ہی تھوڑی انرتی کا  
مالک ہوتا ہے۔ شیطان سارا دن انسان کو سوچوں کے جنگل میں الجھائے رکھتا ہے اس کا  
واحد مقصد یہ ہوتا ہے کہ انسان کو تھکا دیا جائے exhaust کر دیا جائے اس لیے ہر لمحہ  
سوچوں کی گولہ باری bombardment سے اس کی توانائی ضائع کی جاتی ہے۔ سوچ  
چونکہ مادہ ہے matter ہے اس لیے سوچنے والا بھی مادہ پرست ہے materialistic ہے۔

چانم اینڈ سیس کے باب کو اگر آپ پوری توجہ سے دیکھ چکے ہیں تو یہ بات آپ کو یقیناً سمجھ  
آ چکی ہوگی۔ وقت صرف مادے matter پر گزرتا ہے، غیر مادی شے پر وقت کا کوئی گزر  
نہیں ہے۔ اس لیے خواب میں کبھی کوئی وقت نہیں ہوتا کیونکہ خواب وجود نہیں رکھتا  
exist نہیں کرتا۔ وقت کا ہمیشہ کسی شے سے، کسی مادے سے تعلق ہوتا ہے یہ ہمیشہ کسی  
شے پر گزرتا ہے۔ یہ relative ہوتا ہے۔ وقت تعمیر ہے change ہے۔ پوری کائنات  
میں صرف اللہ کی ذات ہمیشہ ثبات میں ہے constant ہے۔۔۔ باقی سب تعمیر  
پنہ ہے۔

ٹرین کے ارتقار میں ریلوے اسٹیشن پر بیٹھے ہوئے شخص پر وقت طویل ہو کر گزر رہا ہے  
کیونکہ اس کا تعلق ارتقار سے ہے اس کے بالکل برعکس کوئی دوسرا شخص اس ٹرین پر اپنی

محبوبہ کو سفر پر زحمت کرنے آ رہا ہے۔ اسی ریلوے اسٹیشن پر وہی وقت اس دوسرے انسان پر انتہائی اختصار میں گزر رہا ہے، تیز ترین رفتار سے گزر رہا ہے کیونکہ اس کا تعلق فراق سے، جدائی سے ہے۔ ٹرین کے انتظار میں بیٹھا ہوا پہلا شخص اس انتظار میں ہے کہ کب ٹرین پہنچے اور اس کے سفر کا آغاز ہو اور وہ بالآخر اپنی منزل پر پہنچ سکے۔ وہ بار بار گھڑی دیکھتا ہے، پڑی پر نظر ڈالتا ہے کہ کب ٹرین آتی نظر آئے اور اسے اطمینان نصیب ہو۔ دوسرا شخص چاہتا ہے کہ کاش ٹرین کبھی اسٹیشن پر نہ پہنچ پائے اور وہ اسی طرح اپنی محبوبہ سے باتیں کرتا رہے۔ وہ بار بار اس خوف سے گھڑی دیکھتا ہے کہ کہیں ٹرین کے آنے کا وقت نہ ہو جائے، پڑی کو اس امید سے دیکھتا ہے کہ ٹرین نظر نہ آئے ایسا ہونے سے اسے ڈھارس ملتی ہے۔

ایک ہی جگہ پر دو مختلف انسانوں پر وقت الگ الگ رفتار سے گزر رہا ہے اسی طرح پوری دنیا کے انسانوں پر وقت الگ الگ رفتار سے گزرتا ہے۔ اسے نفسیاتی وقت psychological time کہتے ہیں جس کا ذکر ٹائم اینڈ سپیس میں تفصیل سے ہو چکا ہے۔

یہ وقت چونکہ نفس کا ہے اس لیے نفس کی کیفیت کے مطابق تیز یا آہستہ ایڈجسٹ ہوتا ہے۔ اسی طرح اسے روکا بھی جاسکتا ہے۔ انسان نفسیاتی وقت کی قید سے آزاد ہو سکتا ہے timeless ہو سکتا ہے۔ ایسا سو فیصد ممکن ہے اگر کوئی ایسی صورتحال پیدا ہو جائے کہ ذہن کسی طرح مادے کی قید سے آزاد ہو جائے تو یقیناً اسی لمحے وہ وقت کی قید سے بھی آزاد ہو جاتا ہے۔ یہ ہم سب کے ساتھ روزانہ کئی بار ہوتا ہے مگر غفلت کی گہرائیوں میں زندگی بسر کرتے رہنے کے عادی ہونے کی وجہ سے ہم اس پر توجہ نہیں دے پاتے۔۔۔ اپنی فطری روئین پر غور کریں۔

دیکھیں کہ روزانہ آپ جو بھی کام کرتے ہیں ان میں آپ کی دلچسپی کا کونسا کام ہے؟ کوئی ایسا ایک کام ضرور ہے جس میں آپ کی دلچسپی ہر کام سے زیادہ ہے۔ وہ کام کچھ بھی ہو سکتا ہے۔ کتاب پڑھنا، دوستوں سے ملاقات، ماں باپ، بہن بھائی، بیوی بچوں میں سب سے زیادہ جو آپ کے دل کے قریب ہے اس سے باتیں کرنا، موبائل پر فیس بک دیکھنا یا موبائل میسر کھیلنا۔ کوئی بھی ایسا کام جس سے آپ کو بے حد دلچسپی ہو۔۔۔

فرض کیجئے آپ کو موبائل میسر بہت پسند ہیں۔ آپ نے کبھی غور کیا کہ آپ کتنوں میسر کھیل سکتے ہیں۔۔۔ موبائل گیم جب آپ شروع کرتے ہیں تو کچھ ہی لمحوں کے بعد آپ کی یادداشت مٹ جاتی ہے۔ نام بتا، ہر شے بھول جاتی ہے۔ سوچ رک جاتی ہے۔ دیواریں، چھت، کرسی، موبائل جس پر وہ گیم چل رہی ہے، سب غائب ہو جاتا ہے۔ حتیٰ کہ ایک وقت آتا ہے کہ خود آپ بھی گم ہو جاتے ہیں۔

ہاں اسی لئے وقت آپ پر گزرنا بند ہو جاتا ہے۔۔۔ آپ وقت سے ماوراء timeless ہو جاتے ہیں۔ اب کوئی غوشی کوئی غم، کوئی ٹینشن کوئی ڈپریشن، کوئی خوف کچھ بھی نہیں ہے کیونکہ اب آپ موجود نہیں ہیں۔ آپ اور گیم ایک ہو چکے ہیں connect ہو چکے ہیں اب کوئی duality نہیں ہے۔ نہ تو کسی شے سے کھیلنا چاہا ہے اور نہ کوئی کھیلنے والا ہے۔ اب شاید خود مشہور ہو گیا ہے۔ جو آبزورر observer تھا جس نے آبزورر observe کرنا تھا جس نے مشاہدہ کرنا تھا وہ خود مشاہدہ بن چکا ہے observed ہو گیا ہے۔۔۔ یہ فنا کا مقام ہے۔۔۔ ایسا صرف اس لیے ہوا ہے کہ گیم کھیلنے کیلئے ایک ہی شرط ہے۔ گیم آپ سے پوری توجہ full attention مانگتی ہے اور آپ اسے دے دیتے ہیں۔ جیسے ہی آپ محویت کی انتہا پر پہنچتے ہیں مشاہدہ بغیر کسی سوچ کے قائم ہو جاتا ہے یا پھر سوچ بے حد کم ہو کر اکاؤنڈ کارہ جاتی ہے۔

میں اس لمحے وقت فنا ہو جاتا ہے زندگی timeless state میں داخل ہو جاتی ہے۔  
لاحدود ہو جاتی ہے۔ اس قدر محویت اور اس اعتبار سے ہے پر قائم ہو جانے والے استغراق کا  
نام ہی مراقبہ ہے۔۔۔۔

آپ کسی بھی کام کو پوری توجہ سے کریں آپ کی سوچ فوراً اعتدال پر آ جائے گی اور جیسے ہی  
سوچ اپنے توازن کو کھینچتی ہے انرجی کی برسٹنگ bursting اس کا ضیاع waste رک  
جاتا ہے۔ یہ انرجی اس قدر طاقتور ہے کہ اگر ایک منٹ بھی اسے مل جائے اور یہ ضائع نہ  
ہو تو علم بے پناہ طاقت سے پیدا ہونے لگتا ہے۔ یہ نور ہے جو نفس کی ہر جھپٹہ کی کو سپدھا  
کر کے رکھ دیتا ہے۔ اس کو کوئی نہیں روک سکتا۔

سارا راز اسی بات میں ہے کہ انسان کو ہر صورت اپنی یہ بیش قیمت انرجی ضائع ہونے سے  
بچانی ہے۔ مشاہدہ کی ہلکی سی کیفیت بھی اگر پیدا ہو جائے تو وہ نظر آنے لگتا ہے جو وہم و گمان  
سے باہر ہے۔ جس کسی نے اس رشتہ المختوم sealed nector کا ایک جام کیا صرف  
ایک قطرہ بھی پچھ لیا اس کی نظر لا ہوتی ہے۔ اس کو اس کی عقل، اس کا علم اس کا وجدان،  
گیان، نروان، عرفان سب مل گیا۔ خودی کا سر نہاں لا الہ الا اللہ۔۔۔۔

انسان کو لازم ہے کہ خود کا مشاہدہ کرے کہ نماز میں بے چین کیوں ہوتا ہے؟ دو رکعت اتنی  
لمبی لگتی ہے جیسے کسی نے قید میں ڈال دیا ہے۔ سلام پھیر کر ایسے اٹھتا ہے جیسے کسی  
بندھن میں بندھا تھا ابھی آزاد ہوا ہے۔ اب اسی انسان کو تین گھنٹے سینما کی سکرین کے  
آگے بٹھا دو۔ حرکت تک نہیں کرتا۔۔۔ کیوں؟ کوئی غور کیوں نہیں کرتا؟ آخر کوئی دیکھتا  
کیوں نہیں؟ سینما میں آگ بھری ہے، گناہ کی، ہوس اور خبیلاتی دنیا کی، مار دھاڑ کی آگ  
بھری ہے۔ فلم ہمیشہ بے چینی کی انتہا ہے ڈرامہ ہے۔۔۔ اسے دیکھنے بھی ویسا ہی بیٹھا  
ہے۔۔۔ بے چینی کی آگ سے بھرا ہوا، مار دھاڑ ہوس اور جاہلیت سے بھر پور ایک



دراسہ آج کل جسے انسان کہا جاتا ہے۔ آگ میں آگ پھینکو تو کچھ نہیں ہوتا۔ چولہے میں چار چلتی لکڑیاں اور پھینک دو تو چولہے کو کیا فرق پڑتا ہے۔ وہ تو پہلے ہی آگ سے بھرا ہے۔۔۔ چنا تو ب چلتا ہے جب اس آگ پر پانی پھینکو۔۔۔ شامیں شامیں کا شور بلند ہوتا ہے۔

نماز میں بھی ہو رہا ہے۔ ٹھیک ہے ہر نماز حضوری کی نہیں ہو سکتی مگر کبھی تو خود کو رات کسی پہر اللہ کے آگے کھڑا کر کے دیکھو۔ پھر کھڑا رہنے دو۔۔۔ نفس کے اندر سے شامیں شامیں کی آوازیں آئیں گی۔۔۔ آنے دو۔۔۔ پانی آگ بجھا رہا ہے۔۔۔ چولہا شور تو کرے گا۔۔۔ مشاہدہ کرو دیکھو کیا ہو رہا ہے۔۔۔ چولہا اس لیے جھنجھ رہا ہے کہ اس کی توجہ attention اللہ کی طرف نہیں ہے وہ اللہ سے بھاگنا چاہتا ہے۔ اسے پہچانو۔ پوری توجہ سے دیکھو۔ اگر اللہ مہربان ہو جائے تو انسان نماز میں ایسے ہی قائم لیس timeless ہو جاتا کرتا ہے جیسے موبائل گیمز میں ہو جاتا ہے۔

جو بھی کرنا ہے بے پناہ توجہ سے کریں۔ اپنی ساری حیات اس کام پر لگا دیں جو آپ اس وقت کر رہے ہیں۔ وہ جو بھی کام ہوگا آپ پر اس کے اسرار کھلنے لگیں گے۔ کشف insight شروع ہو جائے گا۔ ہر کام کا ایک بہاؤ flow ہوتا ہے۔ اس بہاؤ میں اس کام کی تمام تر جزئیات شامل ہوتی ہیں۔ تمام تر توجہ کے ساتھ کسی بھی کام کو اگر کیا جائے تو اس کا بہاؤ flow صاف دکھائی دینے لگتا ہے یعنی کشف ہونے لگتا ہے۔۔۔

**کشف کا مطلب بہت غلط لیا جاتا ہے۔ عام طور پر لوگ کشف insight کو ما بعد**

**الطبیعیاتی نظر metaphysical perception یا تیسری آنکھ third eye وغیرہ**

**کہتے ہیں۔ یہ سب لغو ہے، ذہن کو سلا ہے۔ تیسری آنکھ تو دور کی بات یہ چھٹی حس sixth**

**sense بعد اتریں مذاق ہے۔ سنسز پانچ ہیں چھٹی کہاں سے نکل آتی ہے؟**

کشف کسی شے۔۔۔ کسی بھی شے کی حقیقت کے کھل جانے کو کہتے ہیں۔ جب کوئی بااعتقاد  
ساحفی دھوکا دے تو آپ کو اس کی اصلیت چشمِ زدن میں دکھائی دینے لگتی ہے۔ اس کا چہرہ  
بدل جاتا ہے۔ آواز، لہجہ، چال وصال، مسکراہٹ سمیت اس کی پوری شخصیت آپ کو بدلی  
ہوئی نظر آتی ہے۔ یہ کشف ہے insight ہے۔

جب بھی کسی شے پر غور ہو، بیرونی ہو یا اندرونی یا کوئی چیز object ہو۔ کوئی انسان ہو یا پھر  
سوج، کچھ بھی ہو، جب بھی کسی شے پر انسان اپنی تمام تر کوشش، پوری توانائی کے ساتھ  
متوجہ ہوتا ہے full attention دیتا ہے وہ شے اپنی حقیقت کھول دیتی ہے۔ اگر پوری  
توجہ سے مشاہدہ کرنے والا انسان مسلسل ایسا ہی مشاہدہ کرتا رہے تو اس پر راز ہستی عیاں  
ہونے لگتا ہے۔

یہ وقت بھی صاحبِ مشاہدہ پر آتا ہے کہ چتر، پھول پودے، جانور پرندے، ہوا پانی اور  
آگ سمیت ساری کائنات اس سے بات کرنے لگتی ہے۔ سب کچھ کھول دیا جاتا ہے۔  
جب لمس پاک ہو جائے تو اس سے کوئی پردہ نہیں ہے وہ محرمِ راز ہے، باعزت اور باوقار  
ہے۔۔۔ یہ بڑے نصیبی کی بات ہے۔۔۔

نیک چتر، دور درازی باتیں سنتا، لوگوں کے دل کی باتوں پر مطلع ہو جاتا دوسروں کیلئے باعثِ  
شفاء ہو جاتا۔۔۔ یہ مشاہدہ حق سے حاصل ہونے والے کمالات ہیں جو کوئی شک نہیں  
صاحبِ مشاہدہ کو کسی طور حاصل ہو ہی جاتے ہیں مگر وہ جانتا ہے کہ وہ مشاہدہ اس لیے نہیں  
کر رہا کہ کھلونوں سے کھیلنے میں مشغول ہو جائے۔ اس لیے وہ ان سے حتیٰ الوسع اجتناب کرتا  
ہے۔ اگر شروع میں نہ بھی کر پائے تو کچھ ہی وقت میں جان جاتا ہے کہ کشفِ کرامت سے  
رستہ کھولنا ہو رہا ہے۔ اللہ کو جو خلوص دل سے تلاش کر رہا ہے وہ اللہ سے کم پر ہرگز کسی شے پر  
رہنمی نہیں ہو سکتا۔

عقوبی کو بلند کرنے کیلئے نظر کو بلند کرنا پڑتا ہے اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ کو وہ دکھائی دے  
 گئے جو دوسروں کو دکھائی نہیں دیتا تو اس کیلئے آپ کو اپنی نگاہ بلند کرنی پڑتی ہے۔ بصارت  
 perception کو تیز enhance کرنا پڑتا ہے۔ یہ بصارت وہ نہیں ہے جس سے ہم  
 اس دنیا کو دیکھتے ہیں وہ تو آنکھ کی بصارت ہے۔ یہ بصارت دل کی ہے، یہ آنکھ دل کی ہے ہر  
 دل کی آنکھ کی بصارت علم ہے۔ دل کی آنکھ علم کی بصیرت سے دیکھتی ہے یہ بات دل علم  
 خوب سمجھتے ہیں۔ اہل علم کے سوا باقی سب لوگوں کو یہ بات سمجھ تو آ جاتی ہے مگر اس کا  
 اور اک، اس کا تجربہ experience انہیں کبھی نہیں ہو سکتا۔ دل کی آنکھ کو جب علم سے  
 بصیرت عطا ہوتی ہے تو نفس انسان میں ذہن انسان میں انقلاب عظیم برپا ہو جاتا  
 ہے۔ ذہن میں بے پناہ تغیر mutation برپا ہو جاتا ہے۔ ایسا ہوتا ہے جیسے کسی ماوراء  
 اندھے کو چاکل پٹائی عطا ہو جائے۔۔۔ ہر شے بدل جاتی ہے۔۔۔

کھلی جب کہ چشم دل حزیں

تو وہ نم رہا نہ تری رہی

ہوئی حیرت ایسی کچھ آنکھ پر

کدھر کی ہے اثری رہی

پڑی گوش جاں میں عجب ندا

کہ جگر نہ بے ہگری رہی

خبر تھیر عشق سن

نہ جنوں رہا نہ پری رہی

دل کی آنکھ کھلتی ہے تو حواس کروڑوں گنا تیز ہو جاتے ہیں لامحدود unlimited ہو جاتے  
 ہیں۔ اب نفس آزاد ہونے لگتا ہے۔ یہ آزادی یہ freedom اس کائنات کی وہ سب سے

عظیم ترین نعمت ہے جو کسی بھی انسان کو عطا ہو سکتی ہے۔۔۔ ٹریک کے اوڈھام میں ہزاروں گاڑیوں کی لمبی قطاروں میں کسی گاڑی میں ایک انسان ہے جو اس ٹریک میں ہری طرح پھنس جانے پر سچ پا ہے بے چہن ہے۔ ہزاروں گاڑیوں میں ہزاروں انسان اسی کیفیت میں ہیں مگر ہر انسان اپنی گاڑی اور زیادہ سے زیادہ اگلی گاڑی کو دیکھنے کی طاقت رکھتا ہے۔ ہارن کا شور، دھواں، گرمی، لیٹ ہو جانے کی پریشانی ہے جو سب کو لاحق ہے یہ جہنم کی نفسیات ہے۔

ایک انسان کسی بہت اونچی بلڈنگ کی چھت پر کھڑا ہزاروں گاڑیوں کی اس لمبی قطار کو بلندی سے دیکھ رہا ہے۔ اس کے آس پاس کوئی شور نہیں وہ کہیں پھنسا نہیں ہوا۔ اُسے کہیں جانے کی جلدی نہیں ہے۔ جو وہ دیکھ رہا ہے اسے ان گاڑیوں میں سے کسی بھی گاڑی میں موجود کوئی بھی شخص نہیں دیکھ سکتا۔ یہ مشاہدہ ہے، یہ کشف insight ہے۔

زندگی کو دیکھنے کیلئے آپ کو خود کو زندگی کی نگلی سطح سے بلند رکھنا ہوتا ہے جہاں آپ کو زندگی اپنی اصل شکل میں نظر آ سکتی ہے۔

دو آدمی ایک دوسرے راہ چلتے ٹکرا جاتے ہیں۔ ایک کو قصداً گیا ہے اور وہ اول قول بک رہا ہے۔ دوسرا خاموشی اور صبر و تحمل سے اُسے دیکھ رہا ہے، وہ مشاہدہ کرنے والا ہے۔ وہ جانتا ہے کہ سامنے والا انسان مجبور ہے۔ اس کی نظر بلند نہیں ہے وہ اپنے نفس کا محکوم ہے اس لیے اسے قصداً نہیں آیا۔ وہ اس کی گالیوں کے جواب میں شائستگی کے ساتھ معذرت کر کے اپنی راہ بولیتا ہے۔ یہ کشف مشاہدے سے ہوتا ہے۔ مشاہدہ کرنے والے کی ساری زندگی بدل جاتی ہے۔ اُس کے افعال، تعلقات، اُس کا کردار ہر شے بدل جاتی ہے۔ مشاہدے سے سکھانے کا خاموش silent ہو جاتا ہے اور ذہن کے خاموش ہوتے ہی انسان پر سکون ہو جاتا ہے۔

خاموشی silence صرف یہ نہیں کہ زبان بند رہے یہ تو آدھی خاموشی ہے۔ کم یہ بھی نہیں یہ بھی بہت بڑا کام ہے مگر اصل خاموشی real silence یہ ہے کہ جب آدمی خاموش ہو اور اندر اور باہر دونوں طرف مکمل خاموشی ہو۔ یہ بہت ہی بڑا راز ہے۔

مقصد یہ نہیں کہ چوبیس گھنٹے زبان کو تالا لگا رہے۔ یہ تو مزاج پر ہے۔ کچھ خاموش طبع، کچھ کم سخن اور کچھ لوگ بولنے والے ہوتے ہیں۔ ہرگز کوئی حرج نہیں اپنی فطرت کو کوئی نہیں بدل سکتا۔ بات بس اتنی ہے راز یہ ہے کہ جب خاموشی ہو تو مکمل خاموشی ultimate silence ہو۔۔۔۔

مشاہدہ observation صرف دیکھنے سے تعلق نہیں رکھتا۔ یہ سننے، جھکنے، چھونے اور محسوس کرنے کا بھی ہے۔ اسی طرح جتنا یہ بیرونی external ہے اتنا ہی اندرونی internal بھی ہے۔ ظاہر کے ساتھ ساتھ باطن کا مشاہدہ حیرت اور علم کی ایک مکمل کائنات ہے۔ نفس کی جہلیات instincts کا مشاہدہ بھی ہے۔۔۔۔ مشاہدہ ہر شے کا ہے۔

جو بھی بات آپ کو سنائی دے اس کو پوری توجہ سے سنیں۔ ذہن کی عادت ہے کہ جب آپ کسی کی بات سن رہے ہوتے ہیں تو آپ کے اندر شور برپا ہوتا ہے۔ ذہن کا ایک حصہ اس بات کو جو سنائی دے رہی ہے مطلب پہنارہا ہوتا ہے، سمجھ رہا ہوتا ہے اور دوسرا حصہ برقی رفتار سے ہر بات ہر جملے پر اپنا فیصلہ judgement دے رہا ہوتا ہے۔ یہ بات ٹھیک ہے، یہ غلط ہے، اس بات کا جواب میں ابھی کچھ دیر میں اسے یہ دیتا ہوں بس یہ خاموشی ہو لے ایک بار۔۔۔۔ ذہن ہر جملے ہر لفظ پر جذبہ emotion پیدا کر رہا ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کو گالی دیں کسی کی اچانک تھٹیک کر دیں تو آپ دیکھیں گے کہ اس کی نفسیاتی اور جسمانی حالت تیزی سے بدل جاتی ہے۔

منہ پھیل جاتے ہیں، سانس تیز ہو جاتی ہے اور کان سرخ ہو جاتے ہیں اور وہ آپ کو یہاں  
برا جواب دینے لگتا ہے جیسا اسے محسوس ہوا ہے۔۔۔ اس کا مطلب ہے کہ آپ کسی کو کوئی  
بھی لفظ، فقرہ کہہ کر اس کی حالت و کیفیت میں تغیر لا سکتے، انتشار برپا کر سکتے ہیں۔ بعض  
اوقات یہ کام ایک معنی خیز نظر یا مسکراہٹ بھی کر دیتی ہے۔ خود آپ کا بھی یہی حال ہے کہ  
دوسرے بھی آپ کے ساتھ یہ سب کر سکتے ہیں۔

اس کا صاف مطلب ہے کہ ذہن کوئی بھی بات سنتے ہی اس سے مطلب اخذ کرتا ہے اور  
انتہائی سرعت سے اس مطلب کے موافق جذبات کو پیدا کر دیتا ہے اور جسم ان جذبات کی  
مناسبت سے رد عمل ظاہر کر دیتا ہے۔

یہ سنا مشاہدہ نہیں ہے۔۔۔ یہ تو سب کر رہے ہیں۔۔۔ کبھی لفظوں سے جذباتی طور پر وابستہ  
attach ہوئے بغیر کسی کو نہیں، کوئی مطلب نہ نکالیں، کوئی احساس پیدا نہ کریں۔ صرف  
سنیں کہ کہتے والا کیا کہہ رہا ہے۔ سوچ کی کوئی حرکت پیدا نہ ہونے دیں۔ خیالوں کی لسی میں  
سوچوں کی مدد مافی نہ پھیریں۔۔۔

”آپ نہیں سن رہے۔“ فلاں ”یہ نہیں کہہ رہا۔ بس کہا جا رہا ہے۔۔۔ سنا جا رہا ہے۔۔۔ ایک  
بار کر کے دیکھیں۔ آپ کو کچھ اور سنائی دے گا۔ سمجھ آ جائے تو ایسے ہی سنا کریں۔ سنتے  
ہوئے اندر باہر سے مکمل خاموش ہونا ہوتا ہے۔ پوری توجہ سے آواز کا مشاہدہ کرنا ہوتا ہے۔  
لہجے کا آثار چڑھاؤ کیسا ہے، منہ کیسے مل رہا ہے، بولنے والے کے چہرے کے تاثرات لہجہ  
پر کتنی سرعت سے رنگ بدل رہے ہیں، آواز کیسے الفاظ کو پیدا کر رہی ہے۔ سنیں۔۔۔ غور  
سے سنیں۔۔۔ ایک بار ایسے سن کر دیکھیں۔۔۔ اسی طرح لہجہ پہ لہجہ moment to  
moment مشاہدہ میں رہنے سے ہر لمحے انرجی خرچ ہونے کی بجائے بڑھتی ہی چلی جاتی  
ہے اور کچھ بلندی سے بلند تر ہونے لگتی ہے۔۔۔

ایک لمحے پر نگران رہنا ہے مانیٹر کرنا ہے۔ جن نعمتوں کو ہم حق سمجھتے ہیں ۱۰۲ granted لیتے ہیں اب انہیں نظر انداز نہیں کرنا۔۔۔ آپ سارا دن کرتے کیا ہیں؟ آپ کا سونا جاگنا، اٹھنا بیٹھنا، چلنا پھرنا، لوگوں سے بات کرنا اور ان سے ملنا ملنا کیسا ہے؟ کمر میں اور کاروبار کے دوران آپ کا رویہ دوسروں کے اور خود اپنے ساتھ کیسا ہے۔ کچھ بچ نہیں چاہیے۔ پوری زندگی کو جانچنا ہے scan کرنا ہے۔ ہر معمول routine کی حاشی یعنی ہے search کرنا ہے۔ کرنے والا doer کوئی اور ہے۔۔۔ دیکھنے والا seer کوئی اور ہے۔۔۔ یہ مشاہدے کا اصول ہے۔ خود کو غیر جانبداری سے جذبات سے بالکل الگ ہو کر کسی اجنبی کی نظر سے دیکھیں جیسے کوئی آپ کو آپ کے اندر بیٹھ کر پہلی بار دیکھ رہا ہو۔۔۔ آپ کو مجرم culprit نظر آنے لگے گا۔

آہستہ آہستہ پردہ سرکنے لگے گا۔۔۔ ایک بہت بڑا راز مشاہدے observation کا یہ ہے کہ جب بھی آپ کسی کام کو بے پناہ توجہ سے غیر ضروری جذبات اور فضول سوچیں پیدا کئے بغیر کرتے ہیں تو ذہن کا ریکارڈنگ پروٹیس بند ہو جاتا ہے۔ پہلے بھی لکھا ہے کہ میوری جب ریکارڈ ہوتی ہے جب جذبات emotion اس سے جڑ جاتا ہے۔ جب بھی مشاہدہ اپنی پوری طاقت سے جاری ہوتا ہے تو سوچ بہت کم ہو جاتی ہے اور جذبات و احساسات کا مکمل دخل نہ ہونے کے برابر رہ جاتا ہے۔ اس وقت جو بھی ہو رہا ہو وہ ریکارڈ نہیں ہوتا اگر ہوگی جائے تو شارٹ فرم میوری کے طور پر ہوتا ہے۔ ذہن مشاہدہ میں پوری طرح آزاد ہوتا ہے۔

کیا ویڈیو گیم کھیلنے کے دوران آپ کو اس گیم کی تمام مکمل تر تفصیلات یاد رہتی ہیں؟ کیا جنرل مشور چلانے والا روزانہ ہزاروں گاہکوں کو نمونہ تے ہوئے ہر ایک گاہک سے وصول شدہ رقم اور بقایا حیات یاد رکھ سکتا ہے؟ یہ ناممکن ہے۔۔۔

جس کام کو غفلت سے اور جذبات کی رو سے کیا جائے گا وہ ریکارڈ کا حصہ بنے گا تاکہ ذہن بعد میں اس کا تجزیہ دوبارہ کر سکے۔ اس کا مطلب یہ ہرگز نہیں ہے کہ یادداشت مٹادی جائے۔ میموری کی ضرورت تو بار بار پڑتی ہے۔ انسان خوب جانتا ہے کہ کوئی بات یاد رکھنے کے قابل ہے، کوئی سوچ ضروری ہے کوئی فضول ہے۔

مثال کے طور پر ڈرائیونگ کرتے ہوئے مشاہدہ یہی ہے کہ آپ پوری توجہ سے ڈرائیو کریں۔ ایک سیدھا سا اصول مد نظر رہنا چاہیے کہ جو بھی کرنا ہے پوری توجہ اور پوری ایمانداری سے کرنا ہے۔ بس یہ مشاہدہ ہے۔ اسی طرح یہ بھی ہے کہ اگر کوئی بری عادت چھوڑنا ہے تو پوری ایمانداری سے چھوڑنا ہے اور جب اس عادت کی طلب ہو تو اس طلب کا پوری توجہ سے مشاہدہ کرنا ہے۔ یہی مشاہدے کا سچ ہے۔

توجہ انگلش میں ہے Attention is the mother of concentration۔  
توجہ ایک آگ ہے، ایک بجلی ہے۔۔۔ یہ جاگ جانے کا نام ہے۔ یہ بیداری awakening ہے۔ ہر وقت بیدار / باخبر aware رہنا، پوری توجہ سے full attention سے مشاہدہ observe کرنا مراقبہ ہے۔

جذبات emotions کا مشاہدہ بے حد طاقتور ہوتا ہے۔ فرض کیجئے آپ کو غصہ آتا ہے اور آپ اس بات سے پریشان ہیں اور ہر بار غصے کے بعد پیش آنے والے پریشان کن اور ہشیمان کر دینے والے نتائج کو دیکھ کر آئندہ غصہ نہ کرنے کا تہیہ کرتے ہیں مگر پھر آپ کے ساتھ کچھ نہ کچھ ایسا ہو جاتا ہے کہ آپ غصہ کرنے پر مجبور ہو جاتے ہیں اور بعد میں کب افسوس ملتے ہیں۔ یہی حال لالچی، بغض اور کینہ، حسد اور نفرت، بے چینی اور ڈپریشن کا ہے۔ ہمیں سمجھنا ہوگا کہ آخر کیسے ہم اپنے جذبات emotions کو اعتدال پر لائے۔ غصے کو لے کر رکھنے کیلئے آگے بڑھتے ہیں اسے ایک مثال دیتے ہیں۔



جیسے سننے listening کا مشاہدہ کیا ہے بالکل ویسے ہی غصے کا مشاہدہ کریں۔۔۔ آپ کو نہیں۔۔۔ بس غصہ آ رہا ہے۔۔۔ آپ نہیں دیکھ رہے۔۔۔ بس دیکھا جا رہا ہے کہ غصہ آ رہا ہے۔۔۔ جسم میں بجلی کی سی تیزی سے پھلتے اس کے احساس کا مشاہدہ کریں یہ کیا ہو رہا ہے؟ آپ کو دکھائی دے گا۔۔۔ سانس تیز ہو رہی ہے؟ کان گرم ہو چکے ہیں اور ان کی حدت کو محسوس کیا جاسکتا ہے، یہ سننا تا ہوا احساس کیا ہے جو بجلی کے کوندے کی طرح دگ و پے میں سرایت کر جانے کے بعد بھی ہر لحظہ بڑھتا ہی چلا جا رہا ہے۔

آپ دیکھیں گے کہ جیسے ہی غصے کا یہ مہیب جذبہ جسم میں بیدار ہوتا ہے باقی تمام حیات مغلوب ہو جاتی ہیں۔ کچھ سنائی نہیں دیتا، کچھ دکھائی نہیں دیتا۔ کسی شے کسی تہذیب اور کسی تمیز کا احساس باقی نہیں رہتا۔ اگر باقی رہ جاتا ہے تو صرف مد مقابل کو فنا کر دینے کا اندھا کر دینے والا خوفی جذبہ۔۔۔ یہ تو پاگل پن madness ہے۔ آپ کو دکھائی دے گا کہ غصے میں آپ عجیب abnormal ہو جاتے ہیں۔ یہ معذور کر دیتا ہے disability پیدا کر دیتا ہے۔ انسان کو جانور بنا دیتا ہے۔

اس احساس کو دیکھتے رہیں۔ جو کچھ بھی آپ نے ان صفحات پر غصے کے بارے میں پڑھا ہے ان کا بھی کوئی عکس ذہن میں ہرگز مت لائیں۔ ایج image سے مت دیکھیں۔ ہوشیار aware رہیں۔ اتنا ہوشیار رہیں جیسے شکاری شکار پر نشانہ تاک لینے کے بعد دم سادھ کر ہوشیار ہوتا ہے۔ ایک ایک لمحہ بیش قیمت ہے۔ خود کو پڑھا جا رہا ہے۔ دیکھتے رہیں۔۔۔ پھر دکھائی دے گا۔۔۔ کہ کوئی ان دیکھی طاقت آپ کو کچھ کر گزرنے پر بہت ہی بھیاں تک طور سے حاکمانہ اور جاہرانہ انداز سے اکسارتی ہے۔۔۔ یہ اشتعال ہے۔۔۔ دیکھتے رہیں۔۔۔ پھر حقیقت سامنے آنے لگے گی۔ مشاہدہ میں ضرورت پڑنے پر انگوٹری بھی کرنا ہوتی ہے۔ خود سے پوچھیں سوال کریں۔۔۔ یہ غصہ کس کو آ رہا ہے؟

کیا میری سوچ کو غصہ آ رہا ہے؟ کیا میرا ذہن اشتعال میں ہے؟ آخر یہ تو جن کس کی ہوئی ہے؟ برا کس کو لگا ہے؟ کیا حواس غصے میں بھر رہے ہیں؟ کیا میرا جسم آپ سے باہر بھرا ہے؟ نہیں ایسا کچھ بھی نہیں ہے۔۔۔ یہ صرف ایک جذبہ ہے جو جسم، حواس اور ذہن میں پھنس رہا ہے۔ ایک وقت اپنا شکار کر رہا ہے۔ اندر جو اپنے تصور image کا بت ہے اس کی آواز میں ہوئی ہے۔ اس لیے شور و غوغا برپا ہے۔۔۔ دیکھتے رہیں۔۔۔

پھر ایک جہان حیرت سے پردہ اٹھنے لگے گا۔ حواس اعتدال میں آنے لگیں گے۔ جسم کی کیفیت اپنی طبعی حالت کو پلٹنا شروع ہوگی۔ سوچ سنپٹنے لگے گی، جذبہ کا یہ چنگھاڑا ہوا طوفان دھیرے دھیرے اپنے آپ پر سکون ہونے لگے گا۔ غصہ ختم ہونے لگے گا۔

آپ جانتے ہیں آپ نے کیا دیکھا ہے؟ آپ نے غصے کو اس کی اصل حالت میں دیکھا ہے۔۔۔ ذہن کی فطرت ہے کہ جب کسی شے کو دیکھ لیتا ہے اسے مسترد reject کر دیتا ہے۔ اس کے خوف سے اس کی طاقت سے خائف نہیں رہتا۔ غصے کے جذبے کا سیاہ پھول آپ کی آنکھوں کے سامنے بھلا۔۔۔ اس کی flowering ہوئی۔۔۔ اس کی ایک ایک پتھری نے اپنا رنگ جمایا، آپ دیکھتے رہے۔۔۔ آپ نے اپنے غصے پر کوئی رد عمل ظاہر کئے بغیر صرف اسے دیکھا۔۔۔ غصے کا یہ پھول آپ کے سامنے کھلا اور پھر وہ پھول مرجھا گیا کیونکہ اس پھول کو آپ نے دیوانہ وار سونگھنے، چومنے اور تھامنے سے انکار کر دیا۔ اس پھول کو قبول کرنے والا اس بار کوئی نہ تھا۔۔۔ اسے اعلیٰ علم اور بلند عقل کی روشنی میں مسترد کر دیا گیا۔ اب وہ کبھی نہیں کھلے گا۔ یہ پھول سیاہ تھا آسیب زدہ تھا۔ آپ نے اس آسیب کا طلسم توڑ دیا ہے۔ آپ نے اپنے غصے کو پی لیا ہے۔

الَّذِينَ يُتَفَقُّونَ فِي الشَّرِّ أَوْ الْخُزَّاءِ وَالْكَافِرِينَ الْغَيْظُ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ۝

جو لوگ غصے کو پی جاتے ہیں اور دوسروں کے قصور معاف کر دیتے ہیں۔  
ایسے نیک لوگ اللہ کو بہت ہی پسند ہیں۔

(آل عمران 134)

اب ذہن کے پاس ایک بالکل نئی طرز کا علم آچکا ہے۔ وہ جان چکا ہے کہ وہ غصے کا کس سے  
بھی بے بس نہیں ہے۔ غصے کی مہیب طاقت سے اب وہ خائف اور بیز اثر نہیں ہے۔ اب کیا  
ہوگا؟ اگلی بار جب غصہ آئے تو ہمیشہ کی طرح اسے آ لینے دیں۔۔۔ کبھی بھی ہرگز دہانے کی  
کوشش نہ کریں پھر اس کا مشاہدہ کریں۔

آپ پر انکشاف ہوگا کہ ہر بار اس کی شدت پہلے سے کم، کبھی کم اور بے حد کم ہوتی چلی  
جاری ہے۔ یہ اس قدر کم ہوتی چلی جائے گی کہ آخر کار ناگواری کے احساس تک نہ جائے گی  
جسے برداشت کرنا بے حد آسان ہوتا ہے۔ آپ مشاہدہ کرتے رہیں گے تو خوب جان  
جائیں گے کہ غصہ خواہ کسی بھی وجہ سے آئے اس کا جذبہ ہمیشہ ایک ہی ہے۔ وہی احساس  
وہی کیفیت، وہی جسمانی نفسانی حالت پیدا ہوگی جو آپ کی خوب جانی پہچانی ہوگی۔ کوئی  
بھی وجہ ہو غصے کا جذبہ ہمیشہ ایک جیسا ہی رہے گا اور ہر بار پہلے سے کمزور ہوتا چلا جائے  
گا۔ یہاں تک کہ ذہن کے نزدیک اس کی حیثیت value معمولی سرور پر ہونے والی  
ناگواری کے برابر بھی نہیں رہ جائے گی۔

ایسا ایک دوبار سے نہیں ہو جاتا۔ کاملیت mastery حاصل کرنے کیلئے محنت شاقہ  
دنکار ہوا کرتی ہے۔ آہستہ آہستہ آپ غصے کے عفریت سے آزادی حاصل کرنے میں  
کامیاب ہو جائیں گے۔ پھر غصہ تو آئے گا کیونکہ یہ فطرتی ہے مگر وہ نہ تو آپ کو کوئی  
نقصان دے گا اور نہ ہی آپ اس کی وجہ سے دوسروں کے لیے کسی ضرر اور دکھ کا باعث بنیں  
گے۔ انشاء اللہ۔

سوالی مراقبہ (مشاہدہ) کو اسی مشاہدے سے معتدل کیا جاتا ہے۔ نفسیاتی امراض  
پریشن، سٹریس اور اینگوائٹی کو اسی مشاہدے سے معتدل کیا جاتا ہے۔ seizures / panic attacks ہوتے ہیں ان سے  
کے شکار لوگوں کو جو دورے seizures / panic attacks ہوتے ہیں ان سے  
انہیں کوئی دوائی کوئی ماہر نفسیات مستقل نہایت نہیں دلا سکتا۔ جب دہشت اور خوف  
panic شروع ہو تو بغیر کسی جذباتی وابستگی emotional attachment کے اسے  
دیکھنا ہوتا ہے۔

مر جانے کے خوف کو اس کی انتہا پر جانے دینا ہوتا ہے۔ "کچھ ہونے والا ہے گو ہو لینے دینا  
ہوتا ہے۔ جب تک خوف fear کا سامنا نہیں کیا جائے گا مریض کا panic اور  
seizure ختم نہیں ہوگا۔ دہشت زدگی panic attack کا واحد علاج اُسے دیکھنا  
face کرنا ہے، اس کا مشاہدہ کرنا اسے observe کرنا ہے۔

اسی طرح اپنے تمام بے قابو، قبیح جذبات اور پیچیدہ نفسیاتی مسائل کو مشاہدہ حق سے اعتدال  
پر لایا جاتا ہے۔ نفس پر بے پناہ محنت کرنا ہوتی ہے۔ مسلسل تربیت اور مستقل حراستی سے  
تذکیہ جاری رکھنے سے آخر کار اس میں اعلیٰ صفات کا ظہور ہونے لگتا ہے جو عطا کیے رہا ہے  
۔ ایک ایک کر کے نفس کے افعال پر کام کرنا حماقت ہے۔ اس طرح تو ایک پوری زندگی بھی  
صرف کردی جائے تو کچھ حاصل نہیں کہ نفس کے فریب ان گنت اور لامحدود ہیں۔ ایک ہی  
بار مشاہدہ شروع کریں اور اسے اپنے پورے نفس پر محیط کر دیں۔۔۔

مشاہدہ observation ہمیشہ انتخاب کے بغیر choiceless ہوتا ہے۔ یہ نہایت  
اہم بات ہے جس کو سمجھ لینا بے حد ضروری ہے۔ عقلمند آدمی کبھی انتخاب choose نہیں  
کرتا۔ مشاہدہ choiceless ہوتا ہے۔ مشاہدہ کرنے والا observer کبھی بھی کسی  
بھی شے سے وابستہ attach نہیں ہوتا یعنی مشاہدہ پسند اور نا پسند کی بنیاد پر ہرگز نہیں کیا  
جاسکتا۔

یہ اچھا ہے یہ برا ہے، یہ آپ کو پسند ہے اور یہ نا پسند ہے۔ آپ کو کسی شے سے جذباتی وابستگی attachment کے بغیر دیکھنا ہے۔ جو اس کرنا تو مشاہدہ سے پہلے ہی ایک تصور ایک image تخلیق کر لینا ہے۔ اب اس ایچ سے مشاہدہ اگر کیا جائے گا تو یہ مشاہدہ جھوٹ ہے یہ جانبداری ہے۔ یہ سوچ ہے جو ہمیشہ انتخاب کرتی ہے choose کرتی ہے۔

سوچ کا بھی مشاہدہ ہے۔۔۔ اپنی کسی بھی سوچ کی جڑ تک پہنچنے کی کوشش کریں۔۔۔ جو سوچ آپ پر حاوی ہو رہی ہے اس کی انکوائری کریں اس کے اندر اترتے چلے جائیں۔ آپ کو اپنی ہر سوچ کی جڑ root آخر کار خاموشی silence میں جاتی ہوئی نظر آئے گی۔ انسان فطرتاً خاموش ہے silent ہے اور خاموشی تنہائی کے مقام پر پیدا ہوتی ہے۔ نفس اس خاموشی سے اس تنہائی سے بے پناہ خائف ہے (تنہائی کا باب دیکھیں)۔

اس خاموشی اور تنہائی سے بھاگنے کیلئے وہ ہمیشہ سوچوں کے جال میں گمن اور کھویا رہتا رہتا ہے۔ سوچ کی کوئی بنیاد نہیں ہے thought is baseless۔ جب آپ اپنی سوچ کی گہرائی میں جائیں گے تو دیکھ لیں گے کہ سوچ صرف بلبوں bubbles کی مانند ہے جو خاموشی کے گہرے، پرسکون اور تنہا سمندر سے اٹھتے ہیں اور پھٹ جاتے ہیں۔ جو انسان بار بار اپنے ماضی کے قبرستان میں جا کر گڑے مردے اکھاڑنے سے باز آ جاتا ہے وہ اندر باہر سے خاموش ہو جاتا ہے۔ ماضی صرف ماضی ہے past is past۔ جو بوجھ اسے ایسے ہی ہونا تھا۔ اب کچھ نہیں ہو سکتا۔ ماضی کی خوشیاں اب دوبارہ کبھی نہیں آئیں گی اور نہ ہی ماضی میں بیت چکے غموں سے آپ کو آج کوئی غمروہ ہے۔

کون ہے جس کو اس سہائی پر یقین نہیں؟

مستقبل

ذہن میں ایک بہت بڑا قبرستان ہے جس کا نام ماضی ہے۔ Mind is the graveyard of past۔ کبھی کبھار یہاں جانے میں کوئی حرج نہیں بلکہ کبھی کبھی یہ کرنا ضروری ہوتا ہے۔ ماضی کی کوئی یادداشت اہم ہو سکتی ہے اچانک کسی عہد کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔ یہاں تک تو ٹھیک ہے مگر جیتے جی قبرستان میں ہر وقت رہنا کون پسند کرتا ہے؟

ایک نہایت گہرا راز یہ ہے کہ مستقبل بھی ماضی ہے۔ future is also past۔ ترجمہ یہاں اس صفحے پر لکھے جانے تھے وہ مستقبل future کا حصہ تھے مگر حال present سے گزرتے ہوئے اب ماضی کا حصہ بن چکے ہیں۔ حتیٰ کہ قلم سے لکھا ہوا ہر لفظ تیری طرح انتہائی تیزی سے مستقبل کی کمان سے نکل کر حال سے گزرتا ہوا ماضی میں پھنس جاتا ہے۔ انسان کیلئے مستقبل کوئی حقیقت نہیں محض ایک اندازہ ہے۔ future is nothing but a mere idea۔ اس حقیقت سے کوئی انکار نہیں کر سکتا۔

مستقبل صرف اور صرف خدا کا ہے اور صرف خدا ہی ہے جو جانتا ہے مستقبل کیا ہے۔

إِنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ عِلْمُ السَّاعَةِ وَيُنَزِّلُ الْغَيْثَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْأَرْحَامِ وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ مَّاذَا تَكْسِبُ غَدًا وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ بِأَيِّ أَرْضٍ تَمُوتُ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ (34)

بے شک اللہ ہی کو قیامت کی خبر ہے اور وہی مینہ برساتا ہے اور وہی جانتا ہے جو کچھ ماہی کے پیٹوں میں ہوتا ہے اور کوئی نہیں جانتا کہ کل کیا کرے گا اور کوئی نہیں جانتا کہ کس زمین پر مرے گا، بے شک اللہ جاننے والا خبردار ہے۔

(قرآن 34)

یہی معاملہ حال کا ہے present بھی اپنی اصل میں کوئی شے نہیں ہے کیونکہ جیسے ہی

حال present کا ذکر ہوتا ہے وہ ماضی بن جاتا ہے۔ یہ زمانے کا اظہار construct ہے۔ یہ وقت کا میکانزم mechanism of time ہے۔ اس لیے ماضی حال اور مستقبل کے استعاروں metaphors سے ہی زندگی گزرتی ہے اس میں ہرگز کوئی قیامت نہیں لیکن ان کی اصل actuality کو جان لینا چاہیے کیونکہ وقت صرف ایک سراب ایک illusion ہے۔۔۔۔

وقت کی اگر کوئی مستند ترین حالت form اب تک سامنے آسکی ہے تو وہ ماضی past ہے۔ ماضی سوچ ہے اور سوچِ ظلم ہے اس لیے محدود ہے اور یہی نفس کا وقت ہے time ہے۔۔۔۔ یہ سب ماضی ہے۔۔۔۔

ماضی کے زندگان سے انسان کو آزادی حاصل کرتی ہے یہی اس کی قید ہے۔ مستقبل پر کوئی امید رکھنا حماقت ہے۔ کیا کوئی جانتا ہے کہ کل اس کے ساتھ کیا ہونے والا ہے؟ زندگی گزارنے کیلئے ایسا کرنا بہت حد تک ضروری ہے اس سے انکار نہیں مگر لمبی امید؟ طویل مدتی منصوبہ بندی long term planning؟ امید رکھنا ضروری ہے کیونکہ خواہش کے بغیر زندگی ناممکن ہے، کچھ حد تک وابستگیاں attachments بھی ضروری ہیں مگر اعتدال سے، مگر ہوش سے، کم سے کم امید، مختصر مدت کی آرزو اور ممکن حد تک وابستگیاں attachments۔۔۔۔ اتنا کافی ہے۔

انسان کے نفس کو اتنا سا چارہ کافی ہے بجائے اس کے کہ پانچ دس سال کی امیدیں وابستہ رکھی جائیں اور ان کی بنیادوں پر زندگی کی عمارت کھڑی کرنے کی کوشش کی جائے یہ حماقت ہے۔۔۔۔ عسروں سے خود کو سالوں میں لائیں اور پھر ایک دو سال میں آجائیں پھر کہہ مٹوں کیلئے زندگی بسر کرنا سیکھیں پھر ایک دو ماہ میں چھٹیں اور اگر اللہ امت دے تو کچھ نکلے تو انسان مفتوں سے دنوں پر اترتا ہے اور پھر روزانہ کی بنیاد پر جینا بھی اُس کی

خود داری پر بھاری ہونے لگتا ہے اور اگر نصیب بلند ہو، فطرت سعید ہو اور اللہ مہربان ہو  
ایسی بلندی بھی مٹا ہوتی ہے کہ انسان صبح کرتا ہے تو شام کی آ سے پروا نہیں ہوتی اور شام کو  
پہنچتا ہے تو صبح زندہ اٹھا دیتے جانے کی تمنا سے بے نیاز ہوتا ہے۔۔۔ ہر وقت اس دنیا سے  
جانے کو تیار بیٹھے ایسے لوگ بھی اس دنیا میں زمانے نے دیکھے ہیں جن پر ہمیشہ حیرت کی  
جائے گی۔ یہ خوش نصیب وہ ہوتے ہیں کہ جن کے بارے میں کہا گیا۔۔۔

۳ اپنے باطن کے چمن زار کو زہمت کر جا

دیکھ اب بھی روشِ دہر سے وحشت کر جا

اپنا چلتا ہوا بت چھوڑ زمانے کیلئے

اور خود عرصۂ ایام سے ہجرت کر جا

جاں سے آگے بھی بہت روشنیاں ہیں خورد شید

اک ذرا جاں سے گزر جانے کی ہمت کر جا

بہر حال ہر کامیابی کی معراج کے پیچھے ناکامیوں کی طویل قطار ہوتی ہے۔ اتنی بلندی تک

پہنچنے کی خواہش بذاتِ خود ایک لالچ ہے۔ تھوڑے سے ہی آغاز ہوتا ہے بلکہ ہونا تو یقیناً

ہونے سے شروع ہے تو پھر مایوسی پریشانی کس بات کی ہے؟ اپنی دراز امیدوں کے سلسلوں

کو پھینٹنا شروع کر دیجئے۔ ہم یہاں رہنے نہیں آئے۔۔۔ ہم مسافر ہیں۔۔۔ مسافر کی

راستے سے صرف ایک امید ہوتی ہے اور وہ یہ کہ یہ راستہ اسے منزل تک پہنچا دے گا۔ اس

کے سوا ہر قسم کی امید اس دنیا سے منقطع کرنے کا آغاز کر دینا ہی اصل دانشمندی ہے۔ اس

سے پہلے کہ یہ ہو جائے اس دانش کو حاصل کر لینا بہت ضروری ہے۔

زمان و مکاں time & space سے ہرگز متاثر نہیں ہونا چاہیے یہ ایک روحانی ہے ایک

پروجیکشن projection ہے۔ ذہن کی اصل فطرت پروجیکٹ کرنا ہے۔



وقت آپ سے ہے۔۔۔ آپ وقت سے نہیں ہیں۔ غور کیجئے دو پہر کو جب آپ آرام کرنے کیلئے قیلولہ کرتے ہیں power nap لیتے ہیں آپ کو اگلا آ جاتی ہے۔ اب وقت کہاں ہے؟ آپ کہاں ہیں؟ دو پہر کا چمکتا سورج سب جاگنے والوں کیلئے حقیقت ہے لیکن آپ کیلئے نہیں۔۔۔ آپ کا سورج کہاں ہے؟ آپ ہیں تو وقت ہے۔۔۔ آپ نہیں ہیں تو وقت کوئی شے نہیں ہے۔۔۔ نہ کوئی ٹائم ہے نہ کوئی اسٹیس ہے۔ سب دھوکا ہے۔۔۔ illusion۔۔۔

وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَلَهْوٌ وَلَلْآخِرَةُ خَيْرٌ لِّلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ ۝

اور دنیا کی زندگی ایک کھیل اور تماشے کے سوا کچھ نہیں اور اہل تقویٰ کے لیے دار آخرت ہی بہترین ہے کیا تم عقل سے کام نہیں لیتے؟

(الانعام 32)

وجود existence بھی آپ سے ہے۔۔۔ آپ وجود سے نہیں ہیں۔۔۔ آپ کون ہیں؟ اس سوال کا جواب خود آپ کے اندر چھپا ہے۔۔۔ اس کا جواب کسی کتاب میں نہیں ہے۔۔۔ اس کا جواب آپ کو کوئی نہیں بتا سکتا۔۔۔ اس کا جواب آپ کو خود دھونڈنا ہے اور آپ اس سوال کا جواب پہلے سے ہی جانتے ہیں صرف آپ بھول چکے ہیں کہ آپ کون ہیں؟ پوچھا اس رب کائنات نے ہر انسان سے جب عہد لیا۔۔۔

وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِن بَنِي آدَمَ ذُرِّيَّتَهُمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَىٰ شَهِدْنَا أَن تَقُولُوا إِنَّا تَرَاءُوا آيَاتِنَا مِن قَبْلُ كُنَّا

عَن هَٰذَا غَافِلِينَ ۝

اور جب تیرے رب نے بنی آدم کی پشتوں سے ان کی اولاد کو نکالا اور ان سے ان کی

جانوں پر اقرار کر لیا، کیا میں تمہارا رب نہیں ہوں، انہوں نے کہا ہاں، ہم اقرار کرتے ہیں۔  
کہیں قیامت کے دن کہنے لگو کہ ہمیں تو اس کی خبر نہ تھی۔

(الاعراف 172)

کیا آپ پہچانتے ہیں کہ آپ کا رب کون ہے؟ جس دن آپ خود کو پہچان گئے اسی دن اسی  
لمحے آپ اپنے رب کو بھی پہچان جائیں گے۔۔۔ پھر آپ جان لیں گے کہ آپ ہمیشہ سے  
اسے جانتے تھے بس ذرا بھول گئے تھے۔۔۔ جب انسان کا مشاہدہ قائم ہوتا ہے تو سوچ  
اعتدال کو پہنچتی ہے۔ جیسے سی سوچ کم ہوتی ہے، خاموشی پیدا ہوتی ہے اور خاموشی کے طعن  
سے تنہائی کا سمندر ابھرتا ہے۔ تنہائی پیدا ہوتے ہی اللہ کی یاد کا شعلہ دل لپکتا ہے۔ اللہ خود  
بخود یاد آتا ہے۔۔۔ انسان اپنی اصل کو اپنے origin کو کیسے نہ لپکے گا؟ مخلوق خالق کی  
طرف لپکتی ہوئی کیوں نہ آئے کہ ہم سب اسی کے تو ہیں اور ہمارا کون ہے اس کائنات میں  
جس کے در پر ہم چلے جائیں گے؟

اللہ تنہائی میں ملتا ہے۔ خود سے تنہا ہو جانے پر اللہ ملتا ہے۔ بخود سے دستبردار ہو جانے پر اللہ  
بندے کے دل میں اترتا ہے۔ وہ خود آتا ہے۔ انسان کے بس میں نہیں کہ عبادت اور زہد  
سے خدا کو پالے، عبادت تو پروٹوکول ہے، بندگی ہے۔ اس تنہائی کے سمندر میں محبت کی  
لہریں موجزن ہیں۔ اس مقام پر صرف اللہ ہے اور کوئی شے نہیں ہے حتیٰ کہ آپ بھی نہیں  
ہیں۔ یہاں صرف اور صرف اللہ رب العزت کی ذات پاک جلوہ افروز ہے۔ وہ آپ کی شہ  
رگ سے بھی زیادہ آپ کے قریب ہے۔ وہ ہمیشہ سے یکتا ہے۔ ہم کھوئے ہوئے تھیں۔  
آپ نے صرف خود کو ڈھونڈنا ہے۔ اللہ کی تلاش اپنی اصل میں صرف اور صرف (خود) کی  
تلاش ہے۔ صرف اسی مقام کی شان میں ساری زندگی لکھا جائے تو کم ہے مجبوری ہے آگے  
بڑھنا ہے کہ مقامات آؤ و فغان اور بھی ہیں۔۔۔

طوالت کا خدشہ دامن گیر نہ ہوتا تو یہاں برسوں بیٹھتے اور اس کی بات کرتے جو کائنات کا مقصد ہے۔ جو ہمارا رب ہے۔ ہماری ماؤں نے ہمیں اس دنیا میں جنم دیا ہے۔ اس نے ہمیں وجودیت existence میں جنم دیا ہے۔ اس کا یہ احسان کیا کم ہے کہ اس نے ہمیں وجود بخش دیا روحنائی appearance عطا فرمادی۔ وہی تو ایک ہے جو ہمارا ہے۔ اسی کے دم سے ہم ہیں اس نے چاہا کہ ہم ہوں۔۔۔ سو ہم ہیں۔۔۔

قُلْ لَوْ كُنَ النَّبِيُّ مَنَّا إِذَا تَكَلَّمَاتِ رَبِّي لَأَتَيْنَاكَ النَّبِيُّ قَبْلَ أَنْ نَنفَذَ  
كَلِمَاتِ رَبِّي وَلَوْ جِئْنَا بِمِثْلِهِ مَدَدًا ۝

کہہ دو اگر میرے رب کی باتیں لکھنے کے لیے سمندر سیاہی بن جائے تو میرے رب کی باتیں ختم ہونے سے پہلے سمندر ختم ہو جائے اور اگر چہ اس کی مدد کے لیے ہم ایسا ہی اور سمندر لائیں۔

(الکہف 109)

کچھ ضروری ہدایات do's and don'ts مشاہدے کے ضمن میں پیش خدمت ہیں۔ انہیں ایک نظر دیکھ لینا ضروری ہے۔

1۔ مشاہدہ سب سے مشکل تب ہے جب جسم یا ذہن حرکت میں مصروفیت میں ہے۔ یعنی جب آپ مصروف ہوں مثلاً بازار میں ہوں، اس طرح کی صورتحال میں مشاہدہ مشکل ہے مگر یہی وہ وقت ہوتا ہے جب نفس مشاہدے کی آنکھ awareness سے غافل ہو جاتا ہے۔ اس وقت کئے گئے مشاہدے کے اثرات انتہائی طاقتور ہوتے ہیں۔ سالوں کا سفر لمحوں میں بھی طے ہو سکتا ہے۔

2۔ مشاہدہ جب زندگی میں جاری کیا جائے تو شروع میں فطری طور پر دشواری پیش آتی

سوتی مرا (مشاہدہ کی)۔  
ہے۔ اگرچہ ایک احساس ہو کہ آپ اپنے نفس پر متوجہ Attentive نہیں ہیں تو یہی  
attention ہے۔ اس امر کا احساس کہ میں متوجہ نہیں ہوں یہی عین توجہ ہے۔ اس پر  
پریشان ہونے کی ضرورت نہیں یہ تو خوشی کی خبر ہے کہ آپ سنجیدگی سے کام کر رہے ہیں۔

3۔ جب مشاہدہ ذرا طاققت پکڑتا ہے تو سب سے پہلے نیند کم ہو جاتی ہے یہ پہلی نشانی ہے۔  
اگر آپ آٹھ گھنٹے سوتے ہیں تو امکان غالب ہے کہ صرف 3 سے 4 گھنٹے ہی سو سکیں  
میں۔ لیکن یہ مختصر نیند آپ کو اس قدر تروتازہ کر دے گی جیسے آپ دس گھنٹے سونے کے بعد بھی  
نہیں ہو سکتے۔

ذہن چونکہ فطری طور پر اس معمول کا عادی نہیں ہوتا اس لیے بسا اوقات نیند اور ہوش کے  
نئے معمولات کی عادت اختیار کرنے میں کافی مدت بھی لگ سکتی ہے۔ ایسا ہو سکتا ہے کہ آپ  
8 گھنٹے لیٹے رہیں، آپ کا جسم سویا رہے اور ذہن جاگتا رہے۔ ایسا بھی ہو سکتا ہے کہ آپ کو  
8 گھنٹے لیٹا پڑے اور نیند صرف 2 گھنٹے ہی آئے۔ یہ بھی ہو سکتا ہے کہ ذہن اور جسم  
دونوں جاگتے رہیں لیکن خیال کوئی بھی باقی نہ رہے۔۔۔ ذہنی توانائی mental  
energy جب بڑھتی ہے تو بہت سے ایسے حقائق سامنے آتے ہیں کہ نفس جن سے آشنا  
نہیں ہوتا۔

اس لیے نئی عادات کو اختیار کرنے میں ذہن کو وقت لگتا ہے اس وقت کی طوالت اپنے مزاج  
پر ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر ذہنی توانائی اگر زور پر ہو تو جسم ٹھکتا نہیں اور نہ ہی نیند آتی  
ہے۔ اسی طرح یہ بھی ہو سکتا ہے کہ بھوک کم ہو جائے کیونکہ کم خوراک سے ہی جسم کو بھرپور  
طاقت مل جاتی ہے۔ جیسے خواب ہو سکتا ہے کہ بہت کم ہو جائیں اور جو رہ جائیں وہ بالکل  
حقیقی vivid نظر آئیں۔

۴۔ مشاہدہ جو ہے، ایسے ہی ہے اس بیچارے پر ہوتا ہے۔ جو کسی کے دیکھنے کی جگہ سے دیکھتا ہے۔ خود سے آ رہا ہے اس میں ذاتی، پسندیدہ اور ناپسندیدہ سوچ کی مداخلت نہیں ہوتی چاہیے۔ خود سے بھڑکی کسی صورت قبول نہ کریں کہ نفس اپنا سب سے بڑا ہمدرد ہے۔ مشاہدہ حق observation of the truth کو سمجھنے کا سب سے آسان طریقہ یہی ہے کہ جو بھی دیکھا جائے اسے ایسے دیکھا جائے جیسے پہلی بار دیکھا جا رہا ہے۔ نہ تو کسی شے، واقعے اور احساس کو قبول accept کرنا ہے اور نہ ہی مسترد reject کرنا ہے۔ جو ہے جیسا ہے بس ویسا ہی دیکھنا ہے۔

جو بھی آ رہا ہے، جب سامنے آئے گا تب دیکھا جائے گا just watch, all is coming۔ کسی بھی واقعہ event کے وقوع پذیر ہونے سے پہلے اس کے ساتھ کوئی جذباتی وابستگی پیدا نہ کرنا اور اس کے بارے میں ہرگز کسی قسم کا کوئی تاثر impression قبول نہ کرنا ہی سب سے بڑی خوبی اور اعلیٰ دانشمندی higher intellect ہے۔

5۔ اپنی غیر ضروری اور منفی سوچ کو مسترد reject کرنا سیکھیں۔ سوچ کو مسترد کرنے کا مطلب ایک نئی ذہنی جنگ کا آغاز کرنا نہیں ہے۔۔۔ سادہ زبان میں جو بھی منفی اور غیر ضروری سوچ آپ کے ذہن میں آتی ہے اس پر دھیان نہ دیں اسے attend نہ کریں اور نہ اس پر کوئی عمل action کریں یہی سوچ کی rejection ہے۔

کام سے جب آپ گھر آتے ہیں تو کام کے معاملات اور مسائل بھی آپ کے ذہن میں بیٹھ کر آپ کے ساتھ آپ کے گھر پہنچ جاتے ہیں۔ اسی طرح گھر کے معاملات اور مسائل پر موقوف ہمارے لوگ اپنے کام کی جگہ بیٹھ کر رہتے ہیں۔ یہ حماقت ہے۔۔۔ جب آپ کا کام ختم کر دیا ہے تو ذہن میں بھی اسے ختم کر دیں its over۔

گھر پر آنے کے بعد کام کا نہ سوچیں۔ اگر خیال آئے تو اس پر توجہ نہ دیں attend نہ کریں وہ سوچ خود بخود ختم ہو جائے گی۔ اسی طرح گھر سے نکلتے ہوئے گھر کے مسائل کو بھی گھر ہی چھوڑ جائیں۔ ضروری معاملات پر کسی بھی وقت کہیں بھی سوچا جاسکتا ہے لیکن فصل سوچوں سے دور رہنا چاہیے۔ اس کانسیٹ کے واضح ہو جانے سے مشاہدے میں بہت آسانی محسوس ہونے لگتی ہے۔

6۔ اصول یہ ہے کہ جب باہر توجہ پوری ہو جائے تو اندرونی سوچ کم ہو جاتی ہے۔ اسی طرح باہر توجہ کم ہو تو اندر سوچوں کا طوفان برپا رہتا ہے اور انسان ہر وقت اسی میں الجھا رہتا ہے۔ جن لوگوں کو یادداشت کی خرابی memory loss کا مسئلہ ہوتا ہے ضروری کام، باتیں چیزیں اور واقعات بھول جاتے ہیں ان کی توجہ باہری دنیا پر کم اور اپنے اندر زیادہ ہوتی ہے۔ اکثر دیکھنے میں آتا ہے کہ نماز کی رکعتیں لوگ بھول جاتے ہیں۔ کیوں بھول جاتے ہیں؟ نیت خراب ہو جائے تو یادداشت بھی خراب ہو جاتی ہے۔۔۔ کسی کام کو اگر پوری ایمانداری سے نہ کیا جائے تو اس کام کی جزئیات بھولنا فطری بات ہے اس کا الزام یادداشت پر ڈالنا کسی صورت درست نہیں۔۔۔

7۔ پہلے بھی لکھا ہے کہ سب سے ضروری بات جو سمجھنے کی ہے وہ یہ کہ نفس psyche ایک ہے۔ اللہ نے قرآن میں فرمادیا ہے statement دے دی ہے کہ  
هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ  
ہم نے تمام انسانوں کو ایک ہی نفس Psyche پر پیدا کیا۔

(الاعراف 189)

اس کا مطلب یہ ہے کہ جس نے اپنے نفس کو جان لیا اس نے دنیا میں موجود ہر شخص کو جان لیا۔ وہ ساری انسانیت کو جان گیا۔ غصہ کا احساس سب میں ایک سا ہے۔ اسی طرح محبت بھی ایک جذبہ ہے جس کا احساس سب میں ایک ہے۔ لالچ، نفرت، حسد، خوف، رنج، غم، تنہائی، دیکھو خوشی سب جذبات ہیں جن کے محرکات stimulus تو مختلف ضرور ہوتے ہیں لیکن احساسات ایک ہی طرح کے ہیں۔

ذاتی duality تب پیدا ہوتی ہے جب انسان یہ گمان کرتا ہے کہ اس کی سوچ دوسروں سے الگ ہے۔ کیا الگ ہے؟ ذاتی سوچ private thought؟۔۔۔ نہیں، صرف ظاہری طور پر حالات اور واقعات ہر انسان کے جدا جدا ہیں اس لیے اس کی سوچ الگ ہے (مگر سوچ اپنی اصل actuality میں ایک ہی ہے) کون سی ایسی شے ہے جو آپ کو

دوسروں سے منفرد کر رہی ہے؟

نفس تو یہی ہے

اس پر راز کون ہے؟

Chandana

اور یہ کہ

کا

کرتا اور

سوا

طرز

خود سے پوچھیں۔۔۔ میرا بچہ دوسروں کا نہیں صرف میرا ہے۔۔۔ ہاں، مگر درحقیقت تو وہ ایک بچہ ہے۔۔۔ اس سوال پر گہرائی سے غور کریں اور ڈھونڈنے کی کوشش کریں کہ کیا آپ میں واقعی کوئی ایسی شے ہے جو دوسروں میں نہیں؟ غور کریں، تلاش کریں۔۔۔ اس سوال کا جواب صرف آپ خود ہی ڈھونڈ سکتے ہیں۔ اللہ کی اسٹیمٹ لکھ دی ہے آپ اسے عقل کی کسوٹی پر خوب اچھی طرح پرکھ کر دیکھیں۔ کہیں ایسا تو نہیں کہ یہ سب صرف آزمائش کیلئے ہو؟

میں تیرا نفس ہوں۔۔۔ تو میرا نفس ہے۔۔۔ میں تجھ میں (تو) ہوں تو مجھ میں (میں) ہے۔ اس راز کو آپ کو خود سمجھنا ہے۔ جو لکھا ہے اس کو شک کی نگاہ سے دیکھیں اور اس کا رد Rejection ڈھونڈیں۔ اس سوال کا جواب آپ کو بہت بڑی حقیقت سے روشناس کرا دے گا۔ سچ کو پالینا عظیم کامیابی ہے۔ اللہ آپ کو کامیاب فرمائے۔

8۔ مشاہدہ observation کو کسی لالچ سے نہیں کیا جاسکتا اور نہ ہی مشاہدہ سے شے کوئی طلب ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر اگر مشاہدہ کو انرجی حاصل کرنے کیلئے یا سوئی کو روکنے کیلئے کیا جائے تو کچھ حاصل نہیں ہوگا۔ ہر شے سے ہر خیال سے دستبردار ہو کر مشاہدہ حاصل ہو سکتا ہے۔ یہ ایسے ہے کہ جب کوئی شخص رات کو سونے کیلئے لیٹے تو نیند کی طلب کرے کہ ابھی آجائے۔۔۔ کب آئے گی۔۔۔ آتی کیوں نہیں۔۔۔ وہ الجھن میں ایسا پڑے گا کہ نیند کو سوں دور بھاگ جائے گی۔

نیند بآتی ہے جب انسان یہ بات بھی بھول جاتا ہے کہ وہ نیند کے انتظار میں ہے۔ جسے ہی نیند کی طلب کا خیال ختم ہو جائے نیند آ جاتی ہے۔ اسی طرح مشاہدہ ہے۔ مشاہدہ کرنے والے کو جب یہ احساس نہ رہے کہ وہ مشاہدہ کر رہا ہے بس صرف مشاہدہ رہ جائے۔۔۔ اسے کرنے والا کوئی نہ رہے۔۔۔ یہ مشاہدہ ہے۔

9۔ مشاہدہ کرتے کرتے یہ مقام آتا ہے کہ غیر ضروری سوچیں کم ہونے لگتی ہیں۔ ایک سوچ سے دوسری سوچ کا درمیانی وقت gap طویل ہونے لگتا ہے۔ اس وقفے کے دوران توانائی energy پیدا ہوتی ہے۔ اس انرجی کے بڑھنے سے بے پناہ مسرت اور خوشی کے احساسات اور لطف انگیز ترنگیں bliss / ecstasy / rapture پیدا ہونے لگتے ہیں۔ پھر یہ وقفے مزید طویل ہونے شروع ہو جاتے ہیں۔

اب صرف ضروری اور مصفا خیالات رہ جاتے ہیں باقی سارا کچھ اصف ہونے لگتا ہے۔ انتہائی تحریر انگیز اور بے پناہ طاقت ور مقام ہے۔ یہ ذہن انسان کی کایا پلٹ کا مرحلہ ہے۔ اب مائنڈ میوٹیشن mind mutation شروع ہوتی ہے۔ ذہن کے ظلیات عظیم ترین انقلاب برپا ہوتا ہے۔



زہن اپنی پرانی وابستگیوں old associations سے خود بخود دستبردار ہونے لگتا ہے۔ اب صرف دیکھنے والا seer باقی رہ جاتا ہے۔ کرنے والا doer اب کبھی بکھار یا ضرورت کے وقت ہی منظر عام پر آتا ہے۔ اب جو بھی ہو رہا ہوتا ہے وہ اللہ کی مرضی سے ہو رہا ہوتا ہے اب انسان اپنے ارادے سے کچھ بھی نہیں کرنا چاہتا اب آزاد قوت ارادی free will کا فریب ٹوٹ رہا ہوتا ہے۔ اس مرحلے پر کیف و سرور کی انتہائیں ہیں۔ نفس کے امورے پن کا خاتمہ ہے۔ نفس کا نفسیاتی ڈھانچہ psychological structure کے عمل میں داخل ہو چکا ہے۔

اس مقام کا لیکن اپنا دباؤ بھی بے پناہ ہے۔۔۔

یہاں نفس عارضی روحانی بحران temporary spiritual crisis کا شکار بھی ہو سکتا ہے کیونکہ ذہن اکثر اوقات بالکل خالی سلیٹ کی طرح ہوتا ہے۔ یہ نیا جنم ہے۔۔۔ دہری زندگی ہے۔۔۔ اس میں جینا سیکھنے کیلئے adjust ہونے کیلئے مختلف مزاج کے لوگوں کو مختلف وقت درکار ہوتا ہے۔ کچھ دو چار مہینوں میں سنبھل جاتے ہیں balanced ہو جاتے ہیں۔ ایسے ذہن کے ساتھ دنیا میں جینا سیکھ جاتے ہیں navigate کرنا سیکھ جاتے ہیں۔ کچھ کو سنبھلنے اور سمجھنے میں کئی سال بھی لگتے ہیں لیکن ہرگز یہ ارتکاز concentration والا مقام فنا نہیں ہے۔ یہ روحانی بحران spiritual crisis جذب کو absorptions کو ہرگز نہیں جاتا۔

اس مقام پر انسان فعال رہتا ہے۔ وقت اس لیے درکار ہوتا ہے کہ اب ذہن کو سارا ڈنٹا دوبارہ سرے سے مرتب کرنا ہوتا ہے۔ علم اس مقام پر نہیں بھونک لیکن وابستگی attachment ساری دنیا کی ذہن سے ٹوٹے لگتی ہیں۔ ایسا نہیں کہ انسان کو یہ ہوش نہ رہے کہ وہ کون ہے۔ نفس کی جڑ root یعنی میں me قائم رہتی ہے۔

بس اوپر ہی چڑھنا منہ ہو جاتا ہے۔ اب اسے جینے کیلئے نئے اور اعلیٰ وارفع مقاصد بنانا ہوتے ہیں۔ اب نئی وابستگیاں attachments پیدا کرنی ہوتی ہیں لیکن اس بار یہ سب شعوری پر کیا جاتا ہے لاشعوری طور پر نہیں۔۔۔ کچھ وابستگیاں attachments کی زندگی حد تک پھر بھی اپنی اصلی حالت میں برقرار رہ جانے میں survive کر جانے میں کامیاب ہو جاتی ہیں۔ جیسے کسی نئے مسئلہ چائے، سگریٹ، پان کی طلب اور خواہش، جیسے اپنے کسی بچے سے محبت کا پہلے کی طرح ہی قائم رہ جانا، جیسے کھانے کا شوق، جیسے اونچے کپڑے پہننے کا شوق، موسیقی اور اشعار سے شغف جیسی بہت سی وابستگیوں میں سے کچھ یا کوئی ایک باقی رہ جانے میں کامیاب ہو سکتی ہے۔

یہ ضروری بھی ہے کہ خواہش کے بغیر زندگی آگے نہیں بڑھ سکتی۔ کچھ لوگ ایسے ہوتے ہیں جو مشاہدہ حاصل ہو جانے کے بعد تمام تر وابستگیوں سے ماوراء ہو جاتے ہیں لیکن ان کے لیے ایک عام آدمی کی طرح زندگی بسر کرنا انتہائی دشوار ہو جاتا ہے اور آخر کار جلد یا بدیر انہیں بھی کوئی نہ کوئی خواہش جینے کے لیے زبست کرنے کیلئے پالنا ہی پڑتی ہے۔ اب کچھ یوں ہوتا ہے کہ کسی کام کی سوچ آتی ہے جس پر غور و فکر درکار ہوتا ہے تو صرف اس کام پر ہی ذہن غور کرتا ہے اس غور کرنے میں analysis کرنے میں اس کا اپنا نفس کہیں نہیں ہوتا۔ اسے زندگی کا بہاؤ flow of life کہا جاتا ہے۔ اس مقام پر انسان جو بھی کام کر رہا ہو اسے اپنی پوری ذہنی اور جسمانی استعداد maximum possible mental & physical potential سے سراسر انجام دینے لگتا ہے۔ اس طاقت کے پیدا ہونے ہی ایسے ایسے عجائبات کا ظہور ہوتا ہے جن کو احاطہ قریب میں لانا ممکن نہیں۔ اتنا سمجھ لینا کافی ہے محض بے انتہا ہو جاتی ہے۔ آواز صاف ہو کر ہر قسم کی کثرت سے پاک ہو جاتی ہے فصاحت میں وصل جاتی ہے اور بلاغت اپنے کمال کو چھونے لگتی ہے۔

10- مشاہدہ کے دوران یہ امر ہر لمحہ پیش نظر رہنا چاہیے کہ جو فیصلے آپ روزمرہ کی زندگی میں چھوٹے یا بڑے کسی بھی طرح کے کر رہے ہیں وہ صرف ذاتی سوج پر مبنی ہونے only thought based ہونے کی بجائے عمل پر مبنی action based ہونے چاہئیں۔ دیکھنا ہوتا ہے کہ کیا میں فیصلہ صرف اپنی ذاتی سوج کے مطابق کر رہا ہوں یا سامنے موجود منظر، حالات اور واقعات کو دیکھ کر observe کر کے کر رہا ہوں۔ جو فیصلہ سوج پر مبنی thought based ہوتا ہے وہ فیصلہ کوئی فیصلہ نہیں ہوتا وہ صرف جذباتی رد عمل ہوتا ہے۔

اصل اور درست فیصلہ جس کے دیر پا مثبت نتائج برآمد ہوں وہ ہوتا ہے جو چارے ہوش کے ساتھ کسی بھی معاملے کی تمام تر جزئیات اور movement of actions کو خوب اچھی طرح غیر جانبداری سے دیکھ کر کیا جاتا ہے۔ اس حقیقت کو تلاش کرنا ہوتا ہے کہ کسی بھی پیش آنی والی صورت حال میں آپ کی فیصلہ سازی decision making کا دائرہ کار radius کتنا ہے اور کیا ہے؟

آخری بات یہ کہ لمبی امید مختصر ہوتے ہوتے جب اختصار کی انتہا کو پہنچتی ہے تو ہر ڈیمانڈ، ہر مطالبہ اور ہر خواہش اس اختصار میں فنا ہو جاتی ہے۔ یہ بلند ترین مقام خودی ہے۔ خودی کی پہلندی، یہ انتہا مراقبہ سے حاصل ہوتی ہے جو اپنی ذات میں مشاہدہ ہے۔  
انسانی یاد آتی ہے۔۔۔۔۔

خودی کو کہ بلند اتنا کہ ہر تقدیر سے پہلے

خدا بندے سے خود پوچھے بتا تیری رضا کیا ہے

☆☆☆☆☆☆

## روحانی مراقبہ (ارتکاز، دھیان)

### Spiritual Meditation (Concentration)

یہ مراقبہ کی دوسری قسم ہے۔ جیسے ہر شے کا جوڑا ہے جیسے ہر پارینے کے ساتھ ٹیکہ ہے اسی طرح صوفی مشاہدہ، observation کے مقابل ارتکاز concentration کا مراقبہ ہے۔ پرانے وقتوں سے لوگ روحانی طاقتیں clairvoyance حاصل کرنے کیلئے ارتکاز، دھیان کرتے چلے آئے ہیں۔ عام لوگ ارتکاز کے بارے میں شدید غلط فہمیوں کا شکار ہیں اس لیے اس موضوع پر مفصل گفتگو لازم ہے۔

تاریخ پر نظر دوڑائیں تو اندازہ ہوتا ہے کہ مراقبہ (ارتکاز، دھیان) سب سے پہلے ہندوؤں نے ایجاد کیا۔ پھر بدھ مت نے ہندو مذہب سے اسے لیا۔ مسلمان چونکہ شروع سے دن سے ہندوؤں کے ساتھ مل جل کر رہتے چلے آئے ہیں اس لیے ہندو مت کے بہت سے رسم و رواج بھی مسلمانوں نے اختیار کیے۔ ہندوستان میں مسلمانوں کی آمد کے بعد جب تصوف کا آغاز ہوا تو شروع میں اس کا واحد مقصد صرف اور صرف اپنے نفس کے متعلق

علم حاصل کرنا تھا مگر جوں جوں وقت گزرتا گیا ہندو مسلم میل جول کی وجہ سے مسلمان صوفیاء میں سے ایک مخصوص طبقے نے ہندو سادھوؤں اور جوگیوں سے مراقبہ کو سیکھنا شروع کیا۔ چونکہ ارٹھکاز کے نتائج کچھ مخصوص حالات میں انتہائی تیزی سے رونما ہوتے ہیں اس لیے ارٹھکاز مسلمان صوفیاء کی عظیم اکثریت میں بہت تیزی سے مقبول ہو کر پھیلنے لگا اور اسے تصوف میں قبول کر لیا گیا۔

وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ مسلمان صوفیاء کی اکثریت نے اس میں بہت سی نئی اختراعات کر لیں۔ اس کے بہت سے طریقے practices منظر عام پر آ گئے جو تصوف کے تقریباً تمام مسائل میں آج پوری شدت سے جاری و ساری ہیں۔

شاید ہی تصوف کا کوئی سلسلہ ہو جس میں مراقبہ (تصور، ارٹھکاز، دھیان، یکسوئی) موجود نہ ہو۔ ہر سلسلے میں مراقبہ کو انتہائی اہمیت حاصل ہے اور روحانی ترقی کی کلید سمجھا جاتا ہے۔ عموماً یہ خیال کیا جاتا ہے کہ مراقبہ سے باطن کا مشاہدہ ہوتا ہے اور انسان کیلئے روحانی ترقی کے مدارج طے کرنا آسان ہو جاتا ہے۔ یہ کبھی نہیں سوچا جاتا کہ دین / مذہب میں کسی بھی نئی شے کو داخل کرنا بدعت ہے۔

اس کا آسان زبان میں مطلب یہ ہے کہ جو دین ہمیں اللہ کے رسول اکرمؐ کے ذریعے عطا فرمایا ہے اس کی جتنی بھی عبادات ہیں، جو بھی معمولات ہیں ہر شے براہ راست اللہ تبارک و تعالیٰ نے حضورؐ کے وسیلے سے بذات خود مسلمانوں کو عطا فرمائی ہے اور جو شے خود خالق نے اپنی مخلوق کو دی ہو اس میں خیر ہی خیر ہوتی ہے کبھی کسی صورت کوئی شر نہیں ہوتا۔

یہ ممکن نہیں ہے، کسی بھی صورت ممکن نہیں کہ نماز میں کوئی شر ہو کوئی نقصان ہو۔ انسان کیلئے مذہب چونکہ آخری پناہ گاہ ہے۔ ایک ایسی پناہ گاہ جہاں پہنچ کر اُسے کسی نقصان کا اندیشہ نہیں رہتا۔ مطلب یہ کہ ایسا کبھی نہیں ہو سکتا کہ نماز پڑھنے والا پاگل ہو جائے،

روز سے رکھنے والا بھوک سے مر جائے، صدق کرنے والا مفلس ہو جائے۔ ایسا کبھی نہیں ہوتا۔۔۔ اسلام میں جتنی بھی عبادات تھیں ان کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں ہے۔ دہشت چونکہ ایک ایسی شے ایسا عمل ہوتا ہے جو انسان کی جانب سے مذہب / دین میں داخل ہونا چاہتا ہے اس لیے اس کے مضر اثرات side effects ہر حال میں لازم ہوتے ہیں۔ یہی بدعت ہوتی ہے۔

مراقبہ ایک ایسی شیطانی عبادت ہے جو ایسے انسانوں کو شکار کرنے کیلئے بنائی گئی ہے جو خدا کی تلاش میں سرگرداں ہوتے ہیں۔ ایسے لوگوں سے چونکہ طبیعت کو سخت تشویش رہتی تھی اس لیے ان لوگوں کیلئے مراقبہ ایجاد کر کے اب وہ ان کی طرف سے بے خوف و خطر ہو کر اپنے دوسرے شیطانی مقاصد میں مصروف ہے۔

ارٹھکاز ایک ایسا پھندا، ایک ایسا جال ہے جسے شیطان نے تلاشِ خدا کے رستے میں بچھا رکھا ہے۔ جو اس پر پاؤں رکھ بیٹھا وہ خدا تک کبھی نہ پہنچ پائے گا اور آخر کار خود کو شیطان کے لیے ساتھی پائے گا۔ خوب واضح ہو کہ مراقبہ خدا کی جانب سے نہیں ہے۔۔۔۔۔ ہوئی نہیں سکتا۔۔۔۔۔

لوگ سمجھتے ہیں کہ مراقبہ میں کیف و سرور ہے اور باطن کی سیر ہے۔ پڑھنے سننے میں یہ اوقات کس قدر متناطمیسی کشش کے حامل ہیں کتنے fancy ہیں۔۔۔۔۔ لیکن ان کا باطن طاغوت کی پھیلی ہوئی سیاہ گھنٹی رات جیسا ہے۔۔۔۔۔

مراقبہ (ارٹھکاز، دھیان) کا اصل گھنٹا ڈاکٹر چہرہ، اس کی ڈارک سائیڈ dark side اتنی بھیا تک ہے کہ روح کو لرزاکر رکھ دیتی ہے۔ آج کا نام نہاد تصوف جس کی ساری بنیادی صرف اور صرف مراقبہ اور اشغال پر کھڑی ہے اصل میں طاغوت کا وہ بھیا تک چہرہ ہے جس کے رخ سے نقاب اس کتاب میں الٹ دیا گیا ہے۔

جب بھی تصوف کے نام نہاد ٹھیکیدار مراقبہ کا ذکر کرتے ہیں تو ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے مراقبہ میں سوائے خیر کے اور کوئی شے ہی نہیں صرف اور صرف fancy stuff دکھایا جاتا ہے real stuff کا ذکر ہی کہیں نہیں ملتا۔ روحانی مراقبہ کی اصلیت جاننے کیلئے اس طلسم ہو شر یا کے تہہ در تہہ اسراروں میں اترتے ہیں اور شیطان کے چہرے سے وہ سیاہ نقاب نوچ ڈالتے ہیں جسے اوڑھ کر وہ مسلمانوں میں روحانیت کے گنبد میں چھپا بیٹھا ہے۔

سب سے پہلے ہمیں یہ جانتا ہے کہ روحانی مراقبہ کیا ہے؟

روحانی مراقبہ ارٹکاز سے کیا جاتا ہے۔ اس کی کئی اقسام ہیں۔ سب سے بڑی قسم جو ہندو، بدھ اور بہت سے مسلمان صوفیاء کے طبقات میں رائج ہے وہ سانس کا مراقبہ breathing meditation ہے۔ اس روحانی مراقبہ میں خاموشی سے تنہائی میں بیٹھ کر سانس کے آنے اور جانے پر توجہ مرکوز کر کے ارٹکاز کو بڑھایا جاتا ہے تاکہ یکسوئی حاصل کر کے استغراق meditative state کو پہنچا جاسکے۔ ذہن کو ہر قسم کی سوچ سے ہٹا کر صرف سانس کے آنے اور جانے پر توجہ مرکوز کرنے کی سر تو ذمہ داری جاتی ہے۔

پتا جلی patanjali جو کہ ہندو مت کا سب سے بڑا ہونے والا ہے اپنی کتاب یوگا سوتر میں اسے گورماناؤی کہتا ہے۔ گورما کا مطلب کچھو اور ناؤی سانس کو کہا گیا ہے یعنی جیسے کچھو پانی کے اندر بھی رہ سکتا ہے اور باہر بھی اسی طرح سانس جسم کے اندر بھی ہوتا ہے اور باہر بھی اسی مناسبت سے اس نے سانس کے روحانی مراقبہ کے عمل کو گورماناؤی کا نام دیا۔

ہر مذہب میں کچھ لوگوں کو خدا کی شدید طلب لازماً ہوتی ہے۔ خدا تک پہنچنے کیلئے چونکہ یکسوئی درکار ہے کیونکہ ذہن سوچوں کے بے پناہ دباؤ کی وجہ سے کسی صورت یکسو نہیں ہوتا۔ ہزاروں سال پہلے ہندو یوگیوں اور بدھ راہبوں نے جب نفس کی پہچان کے طریقے

ڈھونڈنے شروع کیے تو انہیں احساس ہوا کہ اس کیلئے انہیں سب سے پہلے ضرورت تھی کہ ذہن کو یکسو کرنے کا کوئی طریقہ کار نکالا جائے۔ سانس دو آخری شے تھی جو انسان کے پس ازل سے تھی اور اس کی کوئی شکل و صورت image بھی نہ تھی اس لیے ہزاروں سال پہلے ہی انسان کو یہ خیال موجود چکا تھا کہ سانس پر تو چہ مرکوز کرنے سے دو یکسوئی حاصل کر سکتا ہے۔۔۔۔۔ یوں مراقبہ کا آغاز ہوا۔

سانس کا مراقبہ مسلسل کرتے رہنے سے بلاشبہ ذہن یک سو ہو جاتا ہے۔ سوچ کم ہوتے ہوتے آخر کار نہ ہونے کے برابر رہ جاتی ہے۔ مگر اس سے حاصل کیا ہوتا ہے؟ اس سوال کا جواب ڈھونڈنے کیلئے سب سے پہلے ہمیں یہ دیکھنا ہے کہ یکسوئی، ارتکاز concentration کیا ہے؟ اس کے افعال کیا ہیں؟ اور یہ کیسے کام کرتی ہے؟ بلاشبہ انسان کو روز مرہ زندگی میں ہر کام سرانجام دینے کیلئے کسی نہ کسی حد تک یکسوئی concentration کی ضرورت پڑتی ہے۔ مثال کے طور پر قرآن سیکھنے کیلئے، تعلیم حاصل کرنے کیلئے، سکول کالج یونیورسٹی میں یکسوئی درکار ہے کوئی نئی زبان بھی صرف یکسو ہو جانے سے ہی سیکھی جاسکتی ہے۔

یہ بھی سچ ہے کہ ذہن میں ہر لمحہ سوچیں اس قدر برق رفتاری سے پیدا ہو رہی ہوتی ہیں کہ اسے یک سو کرنا بے حد دشوار ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ کسی بھی کام کو یک سو ہو کر انجام دینے کے دوران مزاحمت کے طور پر ذہن بے پناہ توانائی خرچ کرتا ہے جس کے نتیجے میں اسے جسم سمیت دباؤ، پریشانی، جھکن اور تکلیف کے احساسات سے گزرنا پڑتا ہے۔

لیکن جب اسی ذہن کو یکسوئی حاصل کرنے کی کوئی مشق / مراقبہ کروایا جائے تو اس کے اثرات انتہائی بصیرت ہوتے ہیں۔ جیسا کہ پہلے بھی لکھا ہے کہ مراقبہ صرف سانس کے ساتھ ہی نہیں اور بھی کئی طریقوں سے کیا جاتا ہے۔ تصوف کے سلاسل کی غالب اکثریت



نے بہت سے مراقبہ تخلیق کر رکھے ہیں۔ جیسے سانس کے ساتھ اللہ کا کوئی نام قرآن کی کوئی آیت لٹا کر پڑھنا، مرشد کا تصور کرنا، یہ خیال قائم کرنا کہ آسمان سے انوار و تجلیات کی بارش ہو رہی ہے، یہ تصور کہ دل پر اللہ یا کوئی بھی اسم الہی وغیرہ لکھا ہوا چمک رہا ہے، ایسا محسوس کرنا کہ جسم روشنیوں سے بھر رہا ہے اور اس قسم کے بلا سبب لائق تعداد مراقبہ ہیں جن کی بنیاد تصور imagination ہے۔

پھر کچھ سلسلے ہیں جن کے مراقبوں میں تصور Image نہیں ہے بلکہ خیال Thought ہے جیسے یہ خیال کہ دل اللہ اللہ کہہ رہا ہے، جیسے ذکر کو دل میں چلانا (جیسے قلب کا چل جانا بھی کہتے ہیں)۔ پھر یاس انفاس ہے جس میں لا الہ الا اللہ کہتے ہوئے دل پر ضرب کی جاتی ہے سانس بھی اس میں شامل کیا جاتا ہے۔ اس طرح کے ان گنت مراقبہ وجود میں آچکے ہیں جن کا حقیقت سے دور تک کوئی تعلق نہیں ہے۔

روحانی مراقبہ یعنی ارتکاز پر غور کریں تو انکشاف ہوتا ہے کہ اس عمل Practice کے دوران علم اور عقل کا کوئی گزر نہیں۔ یہ ایسے مراقبہ ہیں جن کو اگر کسی بچے کو بھی سکھادیا جائے تو وہ بھی بخوبی اسے انجام دے سکتا ہے It's a child play۔ اگر روحانی مراقبوں کو غور سے دیکھا جائے انگوائزی کی جائے تو یہ حیرت انگیز حقیقت منکشف ہوتی ہے کہ مراقبہ کوئی بھی ہو، کسی بھی مذہب سے ہو، کیسا بھی ہو اس میں موضوع یعنی subject ہمیشہ ایک ہی ملے گا اور وہ ہے کسی مخصوص شے، سانس، تصور، خیال پر دھیان مرکوز کرنا۔ ایک شے object پر ارتکاز کر concentratet کرنا۔

اس سے یہ ثابت ہو گیا کہ یہاں تک ہم اس نتیجے پر اس Fact پر پہنچ چکے ہیں کہ مراقبہ بنیاد ارتکاز concentration ہے یعنی دھیان ہے خواہ وہ کسی بھی مذہب کا ہو۔ مسلمانوں میں موجود تصوف کے وہ طبقات جن کے ہاں علم و عقل کی کبھی خاصی مراقبہ کو

رواج دینے کی شدید خواہش رکھتے تھے اس لیے عام لوگوں کو مطمئن کرنے کیلئے انہوں نے مراقبہ میں سانس کی جگہ مختلف اسلامی تصورات کو متبادل کے طور پر پیش کرنا شروع کیا جن کو عوام الناس میں عقیدت و احترام سے بسر و چشم قبول کر لیا گیا۔

آگے بڑھیں تو ایک چونکا دینے والا انکشاف ہوتا ہے۔۔۔

ذہن چونکہ ہر وقت سوچوں کی تند و تیز آندھیوں کی زد میں رہتا ہے اس لیے مضطرب ہے، بے چین ہے یکسوئی سے محروم ہے، ہونا تو یہ چاہیے کہ کم علمی کے ہاتھوں بے حال اس ذہن کی علمی تربیت سے اس میں یکسوئی پیدا کی جائے ہوتا یہ ہے کہ اسے مراقبوں پر لگا دیا جاتا ہے۔

جب مراقبہ شروع کیا جاتا ہے تو آغاز میں سخت پریشانی ہوتی ہے۔ ذہن کسی صورت یکسو ہونے کو آمادہ نہیں ہوتا مگر مسلسل مشق practice سے آخر کار آہستہ آہستہ یہ ایک موضوع subject یا ایک شے object پر مائل ہونے لگتا ہے۔ جیسے ہی ذرا سا درنگار حاصل ہوتا ہے سوچ ذرا سی کم ہوتی ہے مراقبہ کرنے والے کو بے انتہا لذت و سرور کا احساس ہونے لگتا ہے۔

طبیعت باغ و بہار ہوتی جاتی ہے۔ دسو سے، خوف، غصہ، بے چینی کم ہونے لگتی ہے۔ جس کے نتیجے میں درنگار کرنے والا خود کو ہر وقت انتہائی پرسکون دیکھتا ہے چونکہ وہ خود ہر وقت اطمینان و سکون equanimity کی حالت میں ہوتا ہے اس لیے اس کے ارد گرد کے لوگوں کا رویہ بھی اس کے ساتھ خوش گوار اور پر امن ہو جاتا ہے۔

شفاف ذہن clarity of mind کے ساتھ سماجی اور کاروباری معاملات کو چلانے کی وجہ سے حیرت انگیز ترقی و کامرانی اس کے پاؤں چومنے لگتی ہے۔ زندگی کے نئے درجے اس پر کھلتے لگتے ہیں۔

کھائی دینے والا ہر منظر خوبصورت ہو جاتا ہے۔ سٹائی دینے والی ہر آواز کھٹک دار ہوتی ہے۔ بچے سو گھنٹے کی حسابات لگا کر انگیز ہوتی جاتی ہیں۔ جنسی طاقت ہے پناہ مروج پر پہنچنے گئی ہے۔۔۔ ان تمام کامیابیوں کو مراقبہ کے روحانی فیوض و برکات سمجھا جاتا ہے اور درست سمت کی جانب نشانہ ہی بتایا جاتا ہے۔ جب ایسے دل فریب حالات پیدا ہوتے دکھائی دیتے ہیں تو ارتکاز کرنے والے کا اتفاقاً مراقبہ پر بے انتہا بڑھ جاتا ہے اور وہ دل و جان سے اس کی مشق میں خود کو غرق کر دیتا ہے۔ مگر یہ سب حقیقت نہیں ہوتی، سراب ہوتا ہے۔ مچھلی کیلئے چارہ ہوتا ہے۔ شکار کیلئے مچھپائے گئے جال پر دکھائی دیتا دانہ ہوتا ہے۔ اصل حقیقت کچھ یوں ہوتی ہے۔۔۔

ذہن انسان ہر وقت خود میں پیدا ہوتی ہوئی سوچوں کے تجزیے کا عادی ہے۔ ایسے ذہن کو جب ارتکاز کی مشق پر مجبور کیا جاتا ہے تو مسلسل تربیت کی وجہ سے ذہن اس بات کا قائل convince ہوتا چلا جاتا ہے کہ سوچ کی کوئی اہمیت نہیں۔ وہ ارتکاز کو سوچ کے قبیل کے طور پر قبول کرنے لگتا ہے۔ جس کے نتیجے میں اس کا کند اور غمی dull ہو جانا لازمی امر ہے inevitable fact ہے۔ انسان کے پاس عقل کے نام پر سوائے سوچ کے اور کچھ نہیں ہے۔۔۔

جب سوچ کو ارتکاز سے کم کیا جاتا ہے تو ذہن تباہ و برباد ہونے لگتا ہے۔ خود سے ارد گرد کی دنیا سے لاپرواہ ہوتا جاتا ہے۔ چونکہ اس سارے عمل کے دوران انرجی سوچ میں خرچ نہ ہو پانے کے سبب بڑھتی گتی ہے اس لیے اسے کیف و سرور کی بے پناہ لذت سے آشنائی ہوتی ہے۔ مسئلہ یہ ہے کہ یہ بڑھتی ہوئی انرجی عقل اور ہوش سے نہیں بلکہ قارمولے یا سمجھنے سے حاصل ہو رہی ہوتی ہے۔ اس لیے انسان یہ بات نہیں جانتا کہ ہر لمحہ اس بڑھتی ہوئی انرجی کا استعمال کیسے کرنا ہے consume کیسے اور کہاں کرنا ہے۔

مستل یہ انرجی اکٹھی ہوتی رہے اور اخراج discharge اس کا کم ہو رہا ہو تو ہے نہ،  
 غور کا صورتحال پیدا ہونے لگتی ہے۔ ارٹھکاز کا مراقبہ شروع کرنے کے کچھ ہی مہینوں میں  
 شعور انسانی پر سکون ہونے لگتا ہے سوچوں کا دباؤ کم ہونے اور انرجی بڑھنے کی وجہ سے  
 شروع کے کچھ مہینے انسان کی زندگی کا بہترین وقت ثابت ہوتے ہیں مگر انہی ایک سے دو  
 سالوں کے اندر کسی بھی وقت کسی بھی لمحے وہ بدترین بحیال تک لحد آ پہنچتا ہے جسے ہر مراقبہ  
 ارٹھکاز کرنے والے پر جلد یا بدیر آنا ہی ہوتا ہے۔۔۔ یہاں سے روح کی سیاہ رات کا آغاز

ہوتا ہے۔

انسان کی روح پر چہار سوائڈ آ نے والی اور چھا جانے والی وہ بحیال تک اور بدترین اندھیری  
 رات Dark night of the soul جس کی شام میں داخل ہونے کا دروازہ ارٹھکاز

ہے مگر اس سے باہر نکلنے کا کوئی راستہ نہیں ہے۔ اسے فنا anihilation کہا جاتا ہے۔  
 ارٹھکاز کا واحد مقصد انسان کو فنا کے گھاٹ اتارنا ہے۔۔۔

مراقبہ ارٹھکاز کے تسلسل کو جان لینے سے اس کی اصل حقیقت عیاں ہو جاتی ہے۔ چونکہ یہ  
 ایک عمل ہے ایک پریکٹس ہے اس لیے اس میں تسلسل continuity کو قائم رکھنے کیلئے  
 وقت time لازمی جزو ہے۔ ابتدائے تربیت میں مراقبہ ارٹھکاز عام طور پر صبح اور شام کے  
 مخصوص اوقات میں کیا جاتا ہے تاکہ تسلسل قائم کیا جاسکے۔ چنانچہ آہستہ آہستہ مسلسل تکرار  
 عمل constant repetition سے یہ کسی دوا کی مخصوص خوراک dose کے طور پر  
 کام کرنے لگتا ہے۔

جیسے فینڈ کی گولی ایک مخصوص مدت استعمال کرنے کے بعد اپنا اثر کھودتی ہے اور اس کی  
 مقدار dose بڑھانا مجبوری بن جاتی ہے اسی طرح مراقبہ ارٹھکاز کے اوقات گزرتے وقت  
 کے ساتھ بڑھانا مراقبہ کرنے والے کی مجبوری ہے۔

اس میں کچھ اور نفسیاتی وجوہات بھی شامل ہو جاتی ہیں۔ مثال کے طور پر مخصوص اوقات میں اور ملاوٹی مشق کرنے سے ذہن کو جو سکون و اطمینان نصیب ہوتا ہے اس میں گزرتے وقت کے ساتھ پھر سے بے چینی کا عنصر پیدا ہونے لگتا ہے جو مشق کا دورانیہ بڑھانے سے ہی ختم ہوتا ہے۔ نفس انسان کبھی ایک حالت پر قائم نہیں رہ سکتا۔ اور علاج سے ذہن کو جو طبیعتی اور وابستہ کی کیفیت حاصل ہوتی ہے مراقبہ کرنے والے کے لیے کچھ وقت تک تو وہ بہت نشاط انگیز اور باصط اطمینان ہوتی ہے مگر آہستہ آہستہ وہ کیفیت اس کے لیے عام ہونے لگتی ہے اس کا new norm بن جاتی ہے۔

اس یکسانیت سے تنگ آ کر نفس فطری طور پر آگے بڑھنے کی خواہش desire of expansion پیدا کرتا ہے جسے صرف مشق کا مسلسل بڑھتا ہوا دورانیہ ہی پورا کر سکتا ہے۔ عادت addiction کی زبان میں اسے پھللی کا کانٹے میں پھنس جانا hooked ہو جانا کہا جاتا ہے۔ یہاں سے واپس پلٹنا محال ہے۔۔۔ اپنے اپنے مزاج، جسم اور ذہن پر منحصر ہے لیکن یہ طے ہے It is bound to happen کہ مخصوص مدت تک اور علاج کرنے والے آخر کار بہت بڑے ایسے نفسیاتی امراض کا شکار ہونے لگتے ہیں کہ جن کا کوئی علاج اس دنیا میں موجود نہیں۔

وہ خود اپنے اندر ایک ایسی نفسیاتی بیماری، ایک ایسا ذہنی قلعہ بان، ایک ایسا روگ پیدا کر رہے ہوتے ہیں جس کا بیماری کے طور پر اس دنیا میں کوئی وجود ہی نہیں ہوتا۔۔۔ اگر کوئی خود کو مارنے پر تامل جائے تو اس کا کیا علاج ہے؟ ایک عظیم اکثریت ایسے لوگوں کی موجود ہے جو کبھی اس بات پر غور ہی نہیں کرتے کہ اپنے ذہن کو خود تبدیل alter کرنے کے کس قدر خوفناک نقصانات ہو سکتے ہیں۔ تصوف کے نام پر کوئی بھی روحانی مشق بغیر کچھ جاننے، سمجھنے تصوف سمجھ کر قبول کر لی جاتی ہے۔

یہ بات ہمیشہ یاد رکھنے کی ہے کہ انسان کو کسی بھی صورت خود اپنے ذہن سے کوئی پھیر ہمارے نہیں کرنی چاہیے کہ یہ ایک سپر کمپیوٹر ہے جس کا کھل علم سوائے اللہ کے اور کسی کے پاس نہیں ہے۔۔۔ کسی بھی ارٹھکاز کی مشق سے جو نقص errors مراقبہ کرنے والے ذہن میں پیدا ہو جاتے ہیں ان کا علاج کسی معالج کے پاس نہیں ہے۔۔۔

مراقبہ ارٹھکاز دراصل ذہن کی لہروں waves جیسے الفا alpha، بیٹا beta، ڈیلٹا delta اور گاما gamma سمیت اس کے ان گنت افعال functions کو بدل دیتا ہے جن میں ایڈرینالین adrenaline، کارٹی سول cortisol، ویک لیا amygdala، انسولا insula، ہیکس لوب المعروف لیمبڈ sex lobe (libido)، لیٹرل پری فرنٹل کورٹیکس lateral prefrontal cortex، میڈل پری فرنٹل کورٹیکس medial prefrontal cortex، پینل گینڈ pineal gland، وینٹرو میڈل پری فرنٹل کورٹیکس ventro medial prefrontal cortex سمیت بے شمار انتہائی پیچیدہ نظام شامل ہیں جو زمان و مکان کے اس عظیم نشان اور شاندار عالم realm میں موجود۔۔۔ جہات دنیا 3 dimensional world میں انسان کیلئے اس کا وجود قائم رکھنے اور زیست کرنے میں بنیادی کردار ادا کرتے ہیں۔

کچھ مدت کے بعد روحانی مراقبہ ایک نئے، ایک لت addiction میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ اس مقام پر ارٹھکاز کی تعریف کچھ یوں ہو سکتی ہے کہ ذہن انسان میں چوبیس گھنٹے چلتی ہوئی سوچ کی جنگ کے درمیان ہوتے ہوئے صبح شام امن کے وقفے کو روحانی مراقبہ کہتے ہیں۔

Spiritual meditation practice is nothing but like  
a time of peace between the two wars.  
اس مقام سے ارٹھکاز کرنے والا کبھی واپس نہیں آ سکتا۔ اب مراقبہ ارٹھکاز کی اصل بھینک

صورت پر دے کے پیچھے چھپے دشمن کی صورت میں سامنے آنے لگتی ہے مگر ارٹیکل کرنے والا ہے علم ہونے کی وجہ سے کبھی اسے پہچاننے میں figure out کرنے میں کامیاب نہیں ہو پاتا۔ مشق practice جاری بھی رہتی ہے اور بڑھتی بھی جاتی ہے۔ یہاں اب شعور conscious پر سکون ہوتا ہے۔ خاموش ہونے لگتا ہے۔ سوچ بہت کم ہو جاتی ہے اور بالکل لیا کا باقاعدہ آغاز ہوتا ہے۔

پہلے بھی لکھا جا چکا ہے کہ ہماری ہر سوچ جس سے ہمارے جذبات جزا جائیں وہ ہمارے شعور کا مستقل حصہ بن جاتی ہے اور چونکہ ہر روز ہر وقت اس کی ضرورت نہیں ہوتی اس لیے ایسی تمام یادداشتیں memories دماغ کے خوابیدہ حصے یعنی لا شعور subconscious mind میں محفوظ کر دی جاتی ہیں تاکہ ضروری محرک matching stimulus سامنے آنے پر لا شعور سے شعور میں بھیج دی جائیں۔

ان یادداشتوں میں memories میں ہر قسم کا ڈیٹا ہوتا ہے۔ بچپن کے خوف زدہ کر دینے والے واقعات، کہانیوں کے بھوت پریت، غم زدہ کر دینے والی صورتحال، صدمات traumas، جنسی ہراسی sexual harrasment / molestation، فی وی قسموں کے دوسارے مناظر جو کسی بھی طرح کے جذبات کے ساتھ دیکھے گئے جن میں چور ڈاکو، جنات اور فرشتوں سمیت ہر قسم کے خوش گوار، ناخوش گوار، مکروہ اور مقدس تصورات images سمیت ہر شے محفوظ ہوتی ہے۔

ان ڈیٹا میں آواز، احساس، ذائقہ اور بوسمیت ہزاروں لاکھوں ایسے احساسات اور جذبات بھی شامل ہوتے ہیں جن کا عکس ان کی اشیاء کی صورت میں ہے جن سے یہ پیدا ہوتے ہیں مثال کے طور پر نشے کا احساس، اس کی ترنگ کا ادراک شراب کی بوتل کے عکس سے بھی بڑا ہو سکتا ہے۔

انسان کے وہم و گمان میں بھی نہیں کہ وہ کس قدر پھیلے ہوئے enormously complexed یادداشتی نقشے memory database کو ہر وقت ذہن کی صورت میں اپنے ساتھ لیے پھر رہا ہے۔ ارتکاز میں شعور کے پرسکون ہونے کے بعد چونکہ شعور کی ذمہ داری اس کا ہر وقت کرنے والا کام ختم ہونے لگتا ہے اس لیے ذہن کو بچانے کیلئے فعال رکھنے active رکھنے کیلئے تحت الشعور subconscious بیدار ہو کر عمل کے میدان میں اتر آتا ہے۔ تحت الشعور اس دنیا میں کام کرنے کیلئے تو بنا ہے مگر یہ صرف دنیا میں ہی کام کرنے کیلئے نہیں بنا کہ اس دنیا میں اس کی ضرورت ایک یادداشتی اسٹور memory storage کی ہے جہاں سے شعور conscious Mind ضروری یادداشت کو جانچ پڑتال کے بعد حسیات اور اعضاء کے عمل action کیلئے استعمال کرتا ہے۔

غالب گمان ہے کہ اس کا ایک کام موت کے وقت انسان کا تمام ڈیٹا اس کے حساب کی صورت account کی صورت ماسواء unknown میں منتقل transfer کرنا بھی ہو سکتا ہے۔ موت سے پہلے مراقبہ ارتکاز کی مداخلت کے نتیجے میں ذہن کا یہ عظیم الشان توازن بگڑ جاتا ہے۔ شعور conscious mind کی مصروفیت اگر کم ہو جائے تو اسے زعمہ رکھنے اور پھر سے مصروف کرنے کیلئے تحت الشعور کا تمام ڈیٹا بلبلوں bubbles کی طرح شعور یعنی ذہن کی اوپری سطح پر آ کر پھنسنے لگتا ہے۔ اس سے بڑی خطا انسان کی اور نہ ہو سکتی ہے؟ شعور حکمران ہے تو انسان توازن میں ہے، شخصیت برقرار ہے۔ اگر شعور صورت میں قائم یہ حفاظتی نظام ارتکاز سے توڑ دیا جائے تو شخصیت personality یعنی نفس self کا حفاظتی حصار ٹوٹ جاتا ہے اور تحت الشعور کو روکے رکھنے والی، مثلاً۔ رکھنے والی اور نظر انداز کیے رکھنے والی طاقت سلب ہو جاتی ہے۔



اب حیات senses کا اعتبار جاتا رہا کہ اب فریب نظر شروع ہوگا یہ فریب نظر hallucinations کا وقت ہے۔ اب دھوکہ ارتکاز کرنے والے کے گردنا ہے گا۔۔۔  
ج اور جھوٹ ایک ہو جائے گا۔۔۔ یہ روح کی سیاہ رات کے چھا جانے سے کچھ دیر پہلے چار سو پچھل جانے والی تاریکی ہے۔ تحت اشعور کے متحرک ہوتے ہی باورائے عقل اور باورائے حواس (ESP) extra sensory perceptions واقعات و احساسات کا طوفان مراقبہ کرنے والے کو اپنی لپیٹ میں لے لیتا ہے۔ یہ حواس کا ضرورت سے زیادہ حساس ہو جاتا ہے۔ ارتکاز کرنے والے کی تمام حیات ہزاروں گنا حساس sensitive ہو جاتی ہیں۔  
(مشاہدہ اور ارتکاز)

مشاہدہ observation کرنے والوں کے ساتھ بھی ایسا ہی معاملہ پیش آتا ہے انہیں بھی ESP کا تجربہ ہوتا ہے مگر دونوں کے تجربات میں زمین آسمان کا فرق ہے۔ یہ فرق جھوٹ اور سچ کا ہے۔۔۔ مشاہدہ کرنے والا سچ کا مشاہدہ کرتا ہے اس کے پاس علم اور عقل کی روشنی میں ثبوت ہوتا ہے کہ جو پیش آ رہا ہے اس کی بنیاد اور دلیل کیا ہے۔

اس کے برعکس ارتکاز کرنے والے کے پاس عقل کا نور نہیں ہے وہ جس بھی تجربے experience سے گزر رہا ہے اس کے پاس اس کا کوئی ثبوت evidence نہیں ہے۔ اس پر آگے مزید بات ہوگی۔ ارتکاز، وحیانی، تصور کے مراقبہ میں جب انسان کا ارتکاز دوران مراقبہ قائم ہوتا ہے تو چونکہ وہ ایک مخصوص طریقے سے یا بیضا ہے یا لیٹا اور غالب امکان یہ ہے کہ آنکھیں بھی اس کی بند ہیں۔

جب ایسی صورتحال میں ارتکاز قائم ہوتا ہے تو ذہن کی ایک جبلت کام کرنے لگتی ہے وہ یہ کہ جس شے سے اسے کچھ نہ مل رہا ہو اسے نظر انداز کر دیتا ہے۔ تجربہ کے طور پر سناکت نکل کر کسی دیوار کو یا کسی شے کو مثلاً کسی نقطے، دائرے، شمع کی لودھیہ کو دیکھنا شروع

کریں۔ کوشش کریں کہ آنکھ زیادہ نہ چپکے۔ کچھ دیر بعد جس شے پر ارتکاز کیا جا رہا ہے وہ غائب disappear ہونا شروع ہو جائے گی۔ روحانیت میں اسے دھیان قائم ہونے جیسے نام دینے جاتے ہیں جب کہ ہرگز ایسا کچھ نہیں ہے۔۔۔۔۔ آپ مسلسل ایک ہی شے دیکھتے رہیں، ایک ہی تصور کو سوچتے رہیں تو دماغ یہ سمجھتا ہے کہ اب کرنے کیلئے کوئی کام نہیں ہے اس لیے وہ حواس اور اعضاء کو انرجی بچانے کیلئے ایک پاور سنٹر کی حیثیت سے معطل کرنا shut down کرنا شروع کر دیتا ہے۔

پہلے ناگوں ہاتھوں میں خون کا بہاؤ کم ہوتا ہے، پھر محسوس کرنے کی حس کام کرنا چھوڑ دیتی ہے۔ اسی طرح سانس بہت چھوٹا اور آہستہ چلنے لگتا ہے آکسیجن کی سپلائی دماغ کو کم ہو جاتی ہے اور پھر آخر کار سماعت ختم ہونے کے بعد تو نیم طاری ہو جاتی ہے۔۔۔۔۔

ارتکاز کرنے والے یہ سمجھتے ہیں کہ اب مراقبہ شروع ہو گیا۔۔۔۔۔ نہیں اب مراقبہ شروع نہیں ہوا بلکہ تحت الشعور کا خوفناک کھیل شروع ہوا ہے یہ کنڈالینی انرجی kundalini energy کے متحرک ہو جانے کا وقت ہے۔۔۔۔۔ اس پر زیادہ لکھنا مناسب نہیں۔۔۔۔۔ جنہو رکھنے والے انٹرنیٹ سے مدد لے سکتے ہیں ہو شر یا حقائق خود بخود سامنے آ جائیں گے۔ یہ ایک اور اتنا بڑا بے ہودہ اور لغو جھوٹ ہے کہ یہاں اسے بیان کرنے سے طوالت پے جا پڑھ جائے گی۔۔۔۔۔

تو نیم کی اس حالت میں ارتکاز کرنے والا مختلف ان دیکھی دنیاؤں کی سیر کرتا ہے astral travel کرتا ہے، نیک و بد ارواح entities سے ملتا ہے، دور دراز کے مقامات کی زیارات flashes ہونے لگتی ہیں۔ اس کے کشف insight سمجھا جاتا ہے۔ یہ کشف نہیں ہے یہ حواس کا مبالغہ کیا sensory misfiring ہے۔ یہ ذہن کی تصوراتی فریب کاری mind projection ہے۔

اس پر توجہ کی طلب ارتکا کرنے والے کو بار بار مشق پر آمادہ کرتی ہے کیونکہ اسے یہ محسوس ہونے لگتا ہے کہ ان دیکھی روحانی دنیا کے دور اس پر واہور ہے ہیں۔ اس مقام پر روحانی اعتماد spiritual confidence بڑھ جانے سے وہ خود کو روحانی ہستی سمجھنے لگتا ہے اور یہ خیال کرتا ہے کہ ماورائی اور روحانی دنیا میں اب اس کی بھی کوئی نہ کوئی حیثیت

روحانی دنیا کیا بیوقوف ہے ام اور کیا ایسا حاسنہ بیوقوف ہے اور کوئی شخص status بن رہا ہے۔۔۔۔۔ اس کے نقصانات اور فوائد و فیزہ کیا ہیں وہ کیا ہے کوئی کیا دیکھتا ہے۔۔۔۔۔ اس کو شہنشاہ ہے۔۔۔۔۔  
درحقیقت یہ شخصیت کی تحلیل personality / self delusion کا آغاز ہوتا ہے۔

یہ پہلے ذی پرستلا نریشن depersonalisation اور پھر آخر کار ذی رنیلانریشن derealization جیسے ہولناک ذہنی امراض کا آغاز ہوتا ہے۔

مشق بڑھتی جائے تو چونکہ ذہن مستقل کسی ڈرگ drug کی طرح ارتکا کا عادی ہو جاتا ہے اس لیے جاتے میں بھی حالت تویم میں رہنے لگتا ہے۔ بڑی بڑی نامور مقدس ہستیاں اس سے ملاقات کو آتی ہیں، کبھی بے پناہ کیف و سرور کا سمندر اسے اپنی آغوش میں لے لیتا ہے۔ ہمارے ہونے لگتی ہیں۔ جاتے میں خواب hallucination دیکھنے کا عظیم دھوکہ اس کے ارد گرد چھا جاتا ہے۔

ذہن اس کائنات کی پیچیدہ ترین تخلیق ہے اس کی طاقت کا لفظ اندازہ کبھی نہیں لگاتا چاہیے۔ روحانیت جو کہ مسلمانوں میں ہندوؤں اور بدھوں سے منتقل ہوئی ہے اس میں نفس کو self کو انا کو ego کو بغیر کسی علم سے صرف اور صرف مشق practice کے ذریعے مارنے کی کوشش کی جاتی ہے جبکہ اسلام میں ہرگز ایسی کوئی تعلیم تو درکار اشارہ تک نہیں ہے۔ ہمیشہ یاد رہے کہ نفس انتقام لیتا ہے۔۔۔۔۔ نفس بھی نہیں مرنے۔۔۔۔۔ پہلے بھی لکھا گیا کہ تصوف کا بنیادی مقصد نفس کو علم دے کر اس کی تربیت کرنا اسے سدھانا trained کرتا ہے۔۔۔۔۔ نہ کہ اسکو مار دینا۔

روحانیت میں ارتکاز کے ذریعے نفس کو مارنے کی احمقانہ حرکت جب کی جاتی ہے تو نفس کہہ عرصہ کیلئے مرجانے کی اداکاری تو ضرور کرتا ہے لیکن اسی اداکاری کے دوران ارتکاز کرنے والے کو ہمیشہ کیلئے تباہ و برباد کر جاتا ہے اور اس دنیا کے ساتھ ساتھ آخرت میں بھی رسوائی کا سامان کر جاتا ہے۔

جب نظر کا دھوکا hallucination (حالانکہ hallucination کا مطلب انتہائی جامع ہے لیکن اردو میں مناسب ترجمہ ٹاپنے کی وجہ سے نظر کے دھوکے پر ہی ارتکاز کر پڑا) اپنے عروج پر پہنچتا ہے تو ارتکاز کرنے والے کو پختہ یقین ہو جاتا ہے کہ وہ اللہ تعالیٰ کی برگزیدہ ہستی بن چکا ہے۔ کائنات کے کام اس کے مشورے سے ہوتے ہیں۔ اس کی رسائی عرش تک ہے وہ معرفت کو پہنچ گیا ہے، خدا کو پا چکا ہے۔۔۔ مگر افسوس صد افسوس ہر شے سوائے ایک دھوکے کے اور کچھ بھی حقیقت نہیں رکھتی۔۔۔

ننانوے فیصد مزاروں، درباروں، درگاہوں اور خانقاہوں کا سارا نظام اسی ارتکاز پر قائم ہے۔ اگر ارتکاز کو روحانیت کے نیچے سے کھینچ لیا جائے تو یہ سارا نظام دھڑام سے چشم زدن میں زمین بوس ہو جائے۔ یہ زرق برق چمکدار قباؤں والے، یہ اونچی اونچی دستاروں، سفید براق لمبی داڑھیوں، خمار آلود آنکھوں والے حیر سب اسی جام ارتکاز کے نشے کی بدولت مسند نشین ہیں۔ اللہ کے دوست بھی ہوتے ہیں۔۔۔ کچھ ہوتے ہیں جو صاحب نظر ہوتے ہیں مگر خال خال، چیدہ چیدہ۔۔۔ یہ گوہر نایاب اب کیا اب ہی نہیں تقریباً معدوم ہی ہو چکا ہے جو باقی بچا ہے وہ سب جھوٹ ہے، فراڈ ہے دکانداری ہے۔۔۔ ارتکاز کی طاقت کے بڑھنے سے بہت سی کرامات دستیاب ہو جاتی ہیں۔ مداری کو مزید قرب mischief مل جاتے ہیں۔ اب وقت کے بہاؤ time stream پر کبھی کبھار نظر پڑنے لگتی ہے۔

ہائیم ستریم میں جب کبھی قسمت سے غوطہ لگ گیا تو کوئی آنے والا واقعہ دیکھ لیا۔۔۔ کبھی دور دراز کسی کا حال جان لیا، کبھی کسی کے دل کے حال پر مطلع ہو گیا۔ کسی پر تو چکر کے اس کی کوئی بیماری دور کر دی، کبھی کسی جانور پر بندے کی حرکات و سکنات کو سمجھ لیا۔ اسے کرامت سے <sup>حالا مگر یہ سب تو اس وقت کے حکیم تھے جو کچھ</sup> منسوب کر دیا جاتا ہے۔۔۔۔

اب تو ولایت پر متکون ہونے میں کسی شے کی گنجائش ہی نہیں رہ جاتی۔ غور تو یقین تھا سو تھا اب تو دنیا بھی مریدین کی صورت ہاتھ باندھے آکھڑی ہوتی ہے۔ دربار سنے لگتا ہے۔ لوگ جوتے چومنے کو بے تاب ہوتے ہیں۔ خلق خدا چہار سو آدمی چلی آتی ہے اور اب بھلا کیا چاہیے؟ اب سامع سنو، محضلیں سجاؤ، مسند پر بیٹھو اور مریدین سے ہر قسم کے لغو اور جاہلیت سے بھرپور خطاب فرماؤ۔۔۔۔

شیطان کا اس دنیا میں یہ ایسا خوفناک داؤ ہے جس کے چل جانے پر بڑے بڑے عالمی دماغ، جواں ہمت مرد و جبر ہوتے ہیں۔ وہ انسان کو، ارتکاز کرنے والے انسان کو زمین پر چھوٹی سی مصنوعی خدائی کی پیشکش دیتا ہے اور انسان اس پر یوں لپکتا ہے جیسے کبھی مضائقہ کو جاتی ہے۔ وہ بھول جاتا ہے کہ وہ تلاش خدا میں نکلا تھا۔۔۔ وہ اس بات کو ہی بھول جاتا ہے کہ اللہ کے بندے کبھی تجت قبول نہیں کیا کرتے۔۔۔ وہ اس بات سے بے خبر اس عارضی اور ادھار کی خدائی کے نشے میں پدمست ہوتا ہے کہ اسے یہ گمان تک نہیں ہوتا کہ شیطان لعین نے آگے اس کیلئے کس قدر بھیا تک منصوبہ تیار کر رکھا ہے۔

درحقیقت یہ استدراج ہے جو ارتکاز سے ملتا ہے۔۔۔ استدراج کا مطلب ہے کسی بری چیز کا اچھائی کے درجے پر فائز ہو جانا۔۔۔ یہ کام تو ہندو جوگی، بدھ لاما ہزاروں سالوں سے کرتے ہی چلے آئے ہیں۔۔۔ یہ سب تو کسی کو بھی مل سکتا ہے۔۔۔ یہ تو شیطان کی پوجا کرنے والوں کو بھی ملتا ہے۔۔۔ کیا اللہ بے انصافی کرے گا؟ کبھی نہیں۔۔۔

جیسی معرفت اس نے اسلام میں دی ہے اس جیسی معرفت اس سے ملتا جلتا جس کو شیطان کو بھی دیا ہے۔۔۔ اور چکارا شیطان کی ولایت ہے۔۔۔ دھیان کرنے سے شیطان کی دعوتی حاصل ہوتی ہے۔۔۔ ابھی ثابت ہوتا چلا جائے گا۔ اور چکارا کو کھولا ہے تو پھر پوری طرف کھول کر ہی چھوڑا جائے گا۔۔۔

کہا جاتا ہے کہ الطائف بیدار کیے جا رہے ہیں۔۔۔ کون سے لطائف؟ کہاں پر ہیں یہ لطائف؟ کون سے قرآن کون سی حدیث میں ہے؟ اللہ نے بتایا یا اللہ کے رسولؐ نے لطائف کی تعلیم دی ہے؟

ان الطائف کی حقیقت کیا ہے؟ کیا سوائے اس کے اور بھی کچھ ہے کہ ہندوؤں اور بدھوں سے مستعار لیا ہوا ایک مجہول تصور ہے جس کا نہ کوئی سر ہے نہ پیر۔۔۔ ایک مختصر نظر اس القویات پر ڈالنا ضروری ہے۔ ذرا غور سے ملاحظہ فرمائیں۔۔۔

الطائف کو ہندی میں چکارا chakras کہا جاتا ہے۔ یہ سات ہوتے ہیں۔

پہلا مولودھارا root ہے۔ جو ریڑھ کی ہڈی کے آخری سرے پر وہاں ہے جہاں سے کولمے کی ہڈی شروع ہوتی ہے۔

دوسرا سودھتا sacral ہے جو ناف سے ذرا نیچے اور شرم گاہ سے اوپر ہے۔

تیسرا منی پورم solar plexes ہے جو عین ناف کا مقام ہے۔

چوتھا ناہاتھا (دل) heart ہے۔

پانچواں دھو دھارا throat ہے جو گھٹے کی ابھری ہوئی ہڈی پر ہے۔

چھٹا آجنا third eye ہے۔ یہ اسی چکارا کا چکر ہے جہاں سے تیسری روحانی آنکھ کی

خرافات کا آغاز ہوا ہے۔

ساتواں آخری اور سب سے بلند چکارا crown ہے۔

دعوتی مرکز (مفتی محمد رفیع)

یہ پکرا ہند اور بدھ مت مذاہب کا حصہ ہیں۔ ان مذاہب کو ماننے والوں کا واحد مقصد اس جسم کا نروان اور گیان حاصل کرنا ہے۔ انہیں ایک خدا، قرآن، رسول میں کوئی دلچسپی نہیں ہے۔ ان کے خدا بھی ہزاروں لاکھوں ہیں، آسمانی کتابیں بھی ان محنت اور ان کے رسول جن کو اوتار، گرد کہتے ہیں بلا مبالغہ اگر کروڑوں میں نہیں تو لاکھوں میں ضرور ہیں۔

ان کی حد تک تو بات سمجھ میں آتی ہے کہ گمراہ لوگ ہیں وہ تو جسم کا نرو ان لیں، استعداد میں نہ ہو۔  
تو عیسیٰ برباد کریں یہ مسلمانوں کو کیا ہوا ہے؟

ایسی بات نہیں کہ لطائف کی حقیقت سرے سے ہی کچھ بھی نہیں ہے۔۔۔ ایسا نہیں ہے۔۔۔ کچھ تصور، بہت سچ اس میں یہ ہے کہ بنیادی طور پر یہ لطائف مختلف مقامات پر جسم میں موجود انرجی سنٹرز energy centers ہیں۔

اور کھانسی، سرفہ و سہکوں کے ذریعے ان میں موجود انرجی کو تیز کیا جاتا ہے، استعمال کیا جاتا ہے۔ ہر انرجی سنٹر کا اپنا کام ہے۔ مثلاً دھارا انسان کو زمین کی انرجی سے جوڑتا ہے، اس کا تعلق مقعد اور ایڈرینل گلینڈ سے ہوتا ہے۔ یہاں انرجی کا بہاؤ جب کم ہو یا بلاک ہو تو انسان کنفیوژ رہتا ہے۔ اسے جوڑوں کا درد اکثر رہتا ہے۔ سوا دھستانا کا سارا کام جنسی خواہش اور طاقت کو کنٹرول کرنا ہے اس کا تعلق جنس sex سے ہے۔ مٹی پودم ego کیلئے ہے۔ شخصیت اور کردار مٹی پودم میں تشکیل پاتے اور فعال ہوتے ہیں۔

انہاتھا یعنی دل کا چکر محبت کے جذبے سے منسوب ہے۔ غم، خوف، تکلیف، جذبات سب اس کے زیر سایہ ہیں۔ و شوقِ دعا آواز کا مرکز ہے۔ تمام آوازیں یہیں پیدا ہوتی ہیں۔ آج تیسری آنکھ، روحانی دنیا اور ماورائے عقل و حواس، بصارت و سماعت اور دیگر حیات کو اپنے اندر سموئے ہوئے ہے۔ ہمسرا بلند ترین شعور کا مقام سمجھا جاتا ہے۔ یہ آزادی freedom کا مقام بھی کہلاتا ہے۔

اور بھی بہت سے افعال ہیں جو ان انسانی مشغول سے منسوب ہیں، پوری سائنس ہے۔ یہ شہرستان میں اس موضوع پر لکھی جا چکی ہیں۔ سوال یہ ہے کہ بحیثیت مسلمان ہم نے ان لطائف کا کیا کرنا ہے؟ ہماری منزل، ہمارا مقصود تو اللہ ہے۔

جب اللہ راضی ہو جاتا ہے تو سب لطائف۔۔۔ سب چکرا دکرا۔۔۔ خود بخود ٹھیک ہو کر چلنے لگتے ہیں۔ ان کی پرواہ کرنا ایسا ہی ہے جیسے مسافر اپنے رستے میں نو سربازوں کی چنگی چھڑی باتوں میں ایسے کھو جائے کہ اسے نہ رستہ یاد رہے اور نہ منزل۔۔۔ ہوش تب آئے جب سارا اسباب لٹ چکا ہو۔ یہ سارے کام یہ ساری روحانیت صرف مسافر کا رستہ کھولنے کے لیے ہے۔

جب یہ سارا دھندلادھندل مسلمانوں کو پہنچا تو روحانیت کے مفکرین spiritual think tanks سر جوڑ کر بیٹھے اور انہوں نے اسے نقل بمطابق اصل کے حساب سے اپنے ہاں رواج دے دیا۔ وہی پرانا کھیل۔۔۔ کچھ ضروری ترمیم اور سب کو، سب کچھ قبول ہو گیا۔ اب ذرا لطائف کے نام دیکھیے۔۔۔ لطیفہ قلب، لطیفہ روح، لطیفہ غنی، لطیفہ سزی، لطیفہ نفسی وغیرہ۔۔۔ ایک پورا مذہب ارٹکاز اور لطائف کی بنیاد پر وجود میں آ گیا اور عوام الناس اسے عین تصوف سمجھنے لگے۔

اسی طرح ہندو اور بدھ مت میں ارٹکاز کے مقامات ہیں جن کو دھیانا یا جھانا کہتے ہیں۔ یہ آٹھ ہوتے ہیں ان کی مکمل تفصیل بہت زیادہ طوالت کا باعث بن سکتی ہے۔ ان جھانا اور دھیانا کو ہمارے ہاں فنا کے مقامات میں تبدیل کر دیا گیا ہے جیسے۔۔۔ فنا فی الشیخ، فنا فی اللہ اور فنا فی النفس جیسے ناموں سے جھانا کے ناموں کو بدل دیا گیا ہے۔۔۔ ایک ہی بات ہے۔ دیکھنے والی آنکھ کے لیے اور عقل رکھنے والوں کے لیے ایک ہی بات ہے۔ یہ دھوکا صرف وہ کھاتا ہے جو عقل کا دامن چھوڑ بیٹھتا ہے۔۔۔



جو اللہ کی تلاش کو نکلنا چاہے وہ جان رکھے کہ وہ خود کو اپنے اندر سے خود بھی مکمل نہیں کر پائے گا۔ اخلاص اگر دل میں ہوا، اللہ شرف قبولیت اگر بخش دے تو اندر کا سارا اسٹم خود بخود ٹھیک ہو جائے گا۔ مسلمان کا کام صرف اپنے نفس کی تربیت کرنا، اللہ اور اللہ کے رسول کی یاد و محبت کو قائم و دائم رکھنا ہے، اچھائی پر عمل کرنا اور بُرائی سے دور رہنا ہے۔ باقی سارا معاملہ خود براہ راست اللہ تبارک و تعالیٰ کی ذات باریک درست فرما دیتی ہے۔

جب انرجی مل جائے تب لطائف کی جو بھی حقیقت ہوئی سامنے آ جائے گی۔

اس کا مشاہدہ رستے کے ایک پڑاؤ کی مانند ایک سنگ میل کی طرح خود بخود ہو جائے گا۔ ہمیں اس کام سے خود کوئی سروکار نہیں رکھنا ورنہ روحانیت کی کھائی میں جا گریں گے اور صوف بھی نصیب نہ ہوگا۔ لطائف کو خود اپنی کوشش سے کسی قادمولے کی مدد سے بیدار کرنا سنگین ترین حماقت ہے۔ دنیا میں بھی انسان کی پچھلیں مل جاتی ہیں۔۔۔ اور اس کا ٹھکانہ آخرت میں بھی بھٹکتا پڑ سکتا ہے۔

تعلیم دی جاتی ہے کہ نور کا تصور کریں۔۔۔ کوئی پوچھنے والا نہیں کہ خدا کے بند جو شے بھی دیکھی ہی نہیں اسکے وجود کا تصور imagination ناقص نہ ہوگا تو اور کیا ہوگا۔۔۔ ابتدائی نقص سے ہوری ہے۔۔۔ یہ ماتم کیا کم ہے؟ ارتکاز والوں کی حصول سلب کرنی مہنی ہیں۔۔۔ نہ کچھ دکھائی دیتا ہے نہ کچھ سوچتا ہے۔۔۔ اندھوں کی طرح ٹھو کریں کھاتے پھرتے ہیں۔۔۔ انکل پیچو سے کام لیتے صرف گمان کرتے ہیں کہ یہی سچ ہے۔۔۔ عقل کے نور سے دیکھنے کی زحمت کبھی گوارا نہیں کرتے۔۔۔ کیسی ناقدری ہے اللہ کی۔۔۔ (فہم اندر اللہ حق مندرہ)

علماء کو مولوی کو برا بھلا کہتے ہیں۔۔۔ تنہیک کرتے ہیں، طہر کرتے ہیں کہ اسے کیا پتا۔۔۔ یہ کیا جانے کہ عالم روحانیت کیا ہے۔۔۔ وہ تو جو ہے سو ہے۔۔۔ وہ جانے اس کا رب جانے کہ جو جیسا ہے اللہ خوب جانتا ہے۔۔۔ یہ خود کیا تھا؟

اسلام کے ساتھ اپنے دین کے ساتھ کس قدر گھٹاؤ نا کھیل رہے ہیں۔ دو غماہب کوئی کر کے ایک نیا مذہب بنا ڈالا۔۔۔ جب اللہ کے حضور پیش کیے جائیں گے تو اپنے ارتکاز کی کیا توجیح اس خالق کائنات کے سامنے پیش کریں گے؟ یہ دنیا ہے یہاں سادہ لوح کو بہکا دیا۔۔۔ وہاں کیا کریں گے؟ وہاں کشف، کرامت کا کیا فائدہ ہوگا؟ کوئی کرامت ہے جس سے اپنے رب کو یہ ارتکاز کرنے والے قائل کریں گے؟

یہ مزاروں درگاہوں اور خانقاہوں میں کھیلا جانے والا شیطانی کھیل جس میں عورتوں کی عزت تار تار کی جاتی ہے، خود کو سجدے کر دئے جاتے ہیں، غریب کے خون پسینے کی کمی لوت کر اس کے بیوی بچوں کا حق مارا جاتا ہے اور سادہ لوح عوام کا، عقیدہ مندوں کا روحانی استحصال کیا جاتا ہے۔ یہ کیسا روحانی نظام ہے جس میں مرشد کو نعوذ باللہ رسول جیسے مقام پر اور خاص مریدین کو صحابہ کرامؓ کے مقام پر متمکن کیا جاتا ہے۔ یہ مریدین کو بیعت کے نام پر پہنایا جانے والا غلامی کا طوق، یہ سارے نام پر پیسے کی لوث مار۔۔۔ یہ سارا کاروبار کیا یہ تصوف ہے؟ کیا یہ ایک مسلمان کی منزل ہے؟

وہ جو درحقیقت صوفیاء تھے وہ جو بڑے بڑے استاد تھے وہ گزر گئے اب ہمارے نصیب میں یہ کالک بٹنی ہے جسے تصوف کہہ کر ہمارے منہ پر مل دیا جاتا ہے۔۔۔ یہ ہرگز کوئی تصوف نہیں ہے۔۔۔ تصوف نے بڑے جواں مرد پیدا کیے جو اللہ کی دوستی تک، عرفان حق تک پہنچے اور خلق خدا کی تربیت کا باعث بنے۔ اب کچھ بھی باقی نہیں ہے اور اگر کہیں ہے تو خاموش ہے۔۔۔ پوشیدہ ہے۔۔۔ گم نام ہے۔۔۔ یا پھر دسترس سے باہر ہے۔۔۔

ڈھونڈنے کی تمنا اگر ہو۔ نیت اللہ کیلئے خالص ہو۔ عقل و علم کی ہر ادھی ہو تو اس ڈرنا یا ب کی تلاش اب بھی ممکن ہے۔ مگر کرے کون؟ اس بکھیرے سے اچھا ہے کہ آنکھ بند کر کے ارتکاز کیا جائے، کوئی تصور کوئی دھیان کیا جائے۔ خود ہی کچھ نہ کچھ ہو جائے گا۔۔۔

مرشد پارلنگا دے گا۔۔۔ جب مرشد ہے تو ہمیں کیا پڑی کہ اتنی مصیبت میں خود کو کھپاتے اور غور کرتے پھریں۔ ہر طرف ایک ساحل ہے مرشد بھی ویسا ہے جیسے مرید ہیں۔ لیکن جی ہے سلائی بھی ویسی ہے۔۔۔ تھکی نیت ویسے اعمال اور تھکی روح ویسے فرشتے اور حال ہے۔۔۔

جب ارتکاز اپنی حد سے بڑھتا ہے جیسا کہ اسے ہر حال میں بڑھنا ہی ہے تو حواس قفل ہو کر قابو سے باہر ہونے لگتے ہیں۔ یہ وہ مقام ہے جہاں جذب absorption پیدا ہے۔ یہ نگر کا مقام ہے۔ اسے فنا annihilation کا مقام کہتے ہیں۔ اب فکارِ جال میں جنس چمکا ہے۔ اب تاوان دینے اور بچھٹنے کا وقت ہے یہ روح کی سیاہ رات dark night of the soul کے عروج کا وقت ہے۔

اب ارتکاز کرنے والے پر حسیات، جذبات اور احساسات بھی یکے بعد دیگرے اور بھی ایک ساتھ پوری شدت کے ساتھ حملہ آور ہونے لگتے ہیں۔ اس دوران ارتکاز کی مشق بہت زیادہ بڑھ چکی ہوتی ہے یہ شیئر و فرینیا schizophrenia سے بھی کہیں سے زیادہ آگے نکل جانے کا مقام ہے۔

کبھی تو اس پر جنسی ہوس sexual desire چھا جاتی ہے اور انسان سوائے ایک جنسی ارندے کے کچھ نہیں رہتا۔ ان گنت عورتوں کی مصیبت طلب اسے دیوانہ کر دیتی ہے۔ طویل مدت کے بعد اس میں سے باہر نکلتا ہے تو فصر اپنی انتہاؤں کو چھونے لگتا ہے۔ ہر ایک کو کاٹ کھانے کو دوڑاتا ہے تشدد میں لذت پاتا ہے۔ خود کو جلال میں ظاہر کر کے لوگوں کو دھوکا دیتا ہے۔ کبھی رقت اسے گھیر لیتی ہے ہر وقت دیوانوں کی طرح روتا ہے۔ قولی، نعت، اشعار ہر شے پر غش کھاتا ہے۔ جال میں غرق ہوتا ہے۔ آنسو کسی طور نہیں جھپٹے۔ بلکہ کسی وجہ کے بھی ہر وقت رونا اس کا مشغلہ ہوتا ہے۔

کبھی فرشتوں کو دیکھ کر پاکیزگی کی جستجوں پر جا بیٹھتا ہے تو کبھی خیالی جنات اور شیاطین اسے مدتوں دہشت و خوف کے جنگلوں میں بھگاتے ہیں۔ کبھی دنیا سے دل اس کا لہر جام ہے۔ کبھی بھوک مدتوں اس کی مری رہتی ہے اور کبھی حکم سیری کی ہوس میں جانوروں کو مات کرے لگتا ہے۔ کبھی مرشد میں خدا کو دیکھنے لگتا ہے۔ کبھی خود کو بہت بڑی برگزیدہ جستی سمجھنے لگتا ہے۔۔۔ ایسا ایسا خوفناک جہان حیرت اس مقام پر ہے کہ کسی ایک میں بھی انسان پھنس جائے تو ساری عمر گزار جاتی ہے۔ یہ پاگل پن کی انتہائی حدوں میں سے ایک ہے۔ ایسی ایسی سوچ اس کے ذہن پر اترنے لگتی ہے کہ عام آدمی کیلئے جس کا کوئی مطلب نہیں ہوتا مگر وہی الٰہ یعنی بات اس مراقبہ زدہ انسان کیلئے ہزار معانی لیے ہوتی ہے۔

اب یہ کسی کے سنبھالے سے سنبھلنے والا نہیں، اب یہ مکمل طور پر شیاطین کے زیرِ تسلط آگیا۔ شیطان نے اس کا پتا کات ڈالا ہے۔۔۔ یہ اب ختم ہو رہا ہے۔۔۔ فنا ہو رہا ہے۔۔۔ بہت سے ارٹھکاز کرنے والوں کی اس مقام پر خواہش ختم ہو جاتی ہے۔ خواہش زندگی کا دوسرا نام ہے۔ خواہش ختم ہونے کا مطلب موت ہے۔ جس کی خواہش مکمل ختم ہو جائے وہ انسان نہیں بلکہ ایک جیتا جاگتا مردہ ہے۔ جب خواہش کا چشمہ سوکھ جائے تو انسان کی نفی ہو جاتی ہے۔ وہ کوئی شے نہیں رہتا۔۔۔

اسے فنائی النفس annihilation of the self کہا جاتا ہے۔ اللہ ہی جانے کیوں کہا جاتا ہے۔۔۔ جب کہ یہ مکمل ترین نروں بریک ڈاؤن کی اعلیٰ ترین مثال ہے۔ اس مقام (لا) کو حقیقت کی دنیا میں The pitfall of the void کہتے ہیں۔ تصوف میں جس مقام کا نام معرفت ہے enlightenment ہے۔۔۔ شیطان کی ولایت (ارٹھکاز) میں یہ مقام اس معرفت حق کے مقام کا متبادل شیطانی جوڑا ہے Evil twin of enlightenment ہے۔۔۔

ہو گیا اب سالک کا کام تمام۔۔۔ اب مہذب ہو گیا۔۔۔ شیطان قہقہہ لگا کر کہتا ہو گا کہ لو وہ  
سہا ایک اور۔۔۔ سنکر void کی ٹھنڈی دایوں میں۔۔۔ اب نہ پوچھا نہ پوچھا نہ پوچھا۔  
یہ کھانے پینے پہننے کی پرواہ، اب ناخن میل سے بھر جائیں گے اور جانوروں کی طرح لمبے  
ہو جائیں گے۔ سرداڑھی مونچھ کے بال اور ہماڑ جھنکار میں فرق نہ رہے گا۔۔۔

اب لکھ گی منہ سے گالی اور اب یہ بتائے گا لوگوں کو پرائز بانڈ کا نمبر۔۔۔ اب یہ تیار ہو چکا  
ہے۔۔۔ اب یہ گلیوں میں ننگا پھرے گا۔۔۔ میل پکیل سے بھرا ہوا یا پھر کسی حمار کی  
چوکت پر کسی پتھر کی طرح دکھا ہوا بس آسمان کو سرخ انکارہ آنکھوں سے دیکھتا رہے گا۔ کبھی  
مسکرائے گا، قہقہہ لگائے گا، درقص کرے گا، کبھی ساری رات تجلیں مارتا رہے گا۔

ایک لمحہ بالکل ہوش میں ہو گا منہ سے عقل و دانش کے ایسے موتی تھڑے ہوں گے کہ  
عقیدت مند مجمع لگا کر حیرت سے بت بنے سنتے ہوں گے اور دوسرے ہی لمحے گالیوں کی  
بو پھناڑ جب شروع ہوگی تو عقیدت مندوں کی نظریں اور بھی زمین سے جا لگیں گی۔۔۔  
بابا جی جذب میں چلے گئے۔۔۔ جلال آگیا سرکار کو۔۔۔ یا پھر کئی کئی سال خاموش بیٹھا  
رہے گا۔ بابا ایسا ہوتا ہے؟

انسان کی فطرت ہے کہ وہ ماسوا unknown سے ڈرتا ہے اور جو ماسوا unknown میں  
کوہ جائے لوگ مرعوب ہو کر اس کی اطاعت میں سر تسلیم خم کرتے ہیں۔ کشف کرامت اور  
الہام کے بارے عام لوگوں میں بہت بڑی غلط فہمی پائی جاتی ہے۔ سب سے پہلے تو یہ سمجھنا  
چاہیے کہ کشف کرامت اور الہام کیا ہے؟ پہلے بھی لکھا ہے کہ یہ حواس کا اورائے حاصل ہو جانا  
ہے extra sensory perception ہے۔

الہام خیال ہی کی ایک قسم ہے جو ذرا بلند ہی پر ہے۔ اگر کسی کے پاس علم ہو تو وہ خیال میں  
آپنے الہام کو بیان میں لاسکتا ہے۔ شاعروں، فنکاروں اور بعض حالات میں نشہ کرنے

مستطاب

والوں کو بھی الہام ہو جایا کرتا ہے۔ ESP میں یہ سب سے پہلے شروع ہوتا ہے اس کے بعد کشف اور پھر کرامت ہے۔ لیکن یہ ترتیب کوئی ایسی لازم بھی نہیں۔ کشف کی بھی شے اصلیت کے مکمل جانے کو کہتے ہیں insight کو کہتے ہیں۔ کشف بیان کرنا ہے مدد سے ہے کہ جو ماورائے عقل دیکھا جائے اُسے بیان کرنے کا کوئی ذریعہ کوئی ریفرنس الفاظ میں موجود نہیں ہوتا اور کرامت کسی سے کسی بھی خرق عادت واقعے کا ظہور ہے۔ کرامت کی بھی جاتی ہے اور یہ سرزد بھی ہوتی ہے۔

یہ تینوں مقامات اللہ کے ولی کو بھی مل سکتے ہیں اور فسق و فجور میں ڈوبے ہوئے کسی اور انسان حتیٰ کہ ہندو سمکھ بدھ عیسائی اور یہودی کو بھی استدراج سے یہاں تک رسائی مل جاتی ہے۔ اصل فرق ان کے اندرون ہے۔۔۔ (یعنی یہ تمام چیزیں جو سرور سے نہ نکل کر برحق) جیسے ذبح کیا ہوا جانور حلال ہے اور بغیر ذبح کیا حرام ہے۔ جیسے نکاح حلال اور زنا حرام ہے۔ حالانکہ اپنی اصل میں یہ افعال ایک جیسے ہیں مگر ایک اللہ کے نام سے پاک ہوتا ہے اور دوسرا شیطانیت کو چلتا ہے۔

اسی طرح جو کشف کرامت اور الہام اور تکلف سے ہوتا ہے وہ بغیر کسی ثبوت evidence کے ہوتا ہے۔ اُس کی کوئی بنیاد foundation نہیں ہوتی۔ ایک سی شے ہے مگر اپنی صفت میں حلال ہو تو کہیں اور سے ہے اور اگر حرام ہو تو کہیں اور سے ہے۔ جیسے ٹی وی ہے۔ ایک چینل پر فاشی ہے۔ اُسی ٹی وی پر عین اُسی وقت دوسرے چینل پر اللہ کا کلام دکھائی اور سنائی دے رہا ہے۔

یہ ساری بات حلال اور حرام فریکوئنسی frequency کی ہے۔ جو اس پر غور کرے گا نہ بہت کچھ سمجھ آ جائے گا۔ اس سے زیادہ لکھا نہیں جاسکتا۔۔۔ اور تکلف مجذوب پیدا کرنے کی فیکٹری ہے جس کا مالک ابلیس ہے۔

لوگ جو خدا کو پانا چاہتے ہیں ان کا سب سے بڑا دشمن ہے۔ یہ انہیں گھیر کر اس رستے پر لاتا ہے اور ان کی عقل ہتھیالے اڑاتا ہے۔ یہ انسان کو اس پرندے کی طرح کر کے رکھ دیتا ہے جس کے سارے پر نوچ کر اُسے رستے میں پھینک دیا گیا ہو اور وہ کسی جگہ نہ رہ گیا ہو۔۔۔

جو ارتکاز کرے گا اُس پر جلد یا بدیر جذب آئے گا۔ مہذوب ہو جائے گا۔ کوئی جلدی ہوتا ہے کوئی دیر سے۔ لیکن جو بھی ارتکاز کرے گا جذب اس کو ضرور پہنچ کر رہے گا۔ یہ ملک یہ بابے یہ فقیر یہ مہذوب اکثر دھیان کی پیچی میں پے ہوئے ہوتے ہیں۔ ان پر رحم کرنا ہوتا ہے، انہیں کھانا کھلانا ہوتا ہے، کپڑے پہنانے ہوتے ہیں لیکن ان کو (بابا) نہیں سمجھتا ہوتا۔۔۔ یہ دھوکا ہے کہ یہ ملا متی ہیں۔۔۔ وہ اور لوگ ہوتے تھے۔۔۔ وہ لوگ اب نہیں ہیں۔۔۔

ان سے دعا کی نہیں یعنی ہوتیں۔ یہ بے حد خطرناک لوگ ہوتے ہیں۔ جیسے پاگلوں میں کچھ نیم پاگل، کچھ وحشت زدہ پاگل بھی ہوتے ہیں۔۔۔ ان سے پرے اور بچ بچا کر چلنا ہوتا ہے۔۔۔ اس میں ایک بہت بڑا راز ہے اسے بھی آج کھول لیتے ہیں۔ سب کچھ تو کھول دیا ہے۔ اب کچھ بچا کر کیا کرنا ہے۔۔۔

جو شیطان کا کام ہے۔ ہزار انسان ہارتے ہیں تو ایک جا کر جیتنے میں کامیاب ہو پاتا ہے اور اس ایک کامیاب شخص کو مثال بنا کر وہ اگلے کئی لاکھ انسانوں کو جو اکیلے کی ترغیب دیتا ہے۔۔۔ کیا خیر میں جیت جاؤں۔۔۔ یہ لالچ انسان کو جواری بننے پر آمادہ کرتا ہے ورنہ کون نہیں جانتا کہ جو شیطانی کام ہے۔۔۔ یہی معاملہ ارتکاز کا ہے لاکھوں میں سے کوئی ایک ہوتا ہے جو بچ بھی نکلتا ہے۔۔۔ دس بیس سال بعد جس کا سنگر ختم ہو جاتا ہے۔ جو جذب سے ہوش کی دنیا میں پلٹ آتا ہے۔





جان سکتا ہے۔ ہر ایک کے پیچھے آنکھیں بند کر کے چل نکلنے والوں کا مگر کوئی علاج نہیں۔ دلیل دی جاتی ہے کہ حضور اکرمؐ غار حرا میں مراقبہ کرتے رہے ہیں۔ کوئی خدا کا خوف نہیں کرتا کہ کسی بات حضورؐ کی ذات اقدس سے منسوب کی جا رہی ہے۔۔۔ کوئی پوچھنے والا حضورؐ کو پوچھے کہ یہ بات انہیں کس نے بتائی ہے؟ کیا حضورؐ نے خود کہیں کسی حدیث میں اس کا ذکر فرمایا ہے؟ کیا قرآن میں اللہ نے کہا ہے کہ غار حرا میں آنحضورؐ اٹھارہ سال مراقبہ کرتے رہے؟

ہرگز ایسی کوئی بات نہیں ہے۔ ہاں کچھ علماء اتنا ضرور کہتے ہیں کہ آپؐ غار حرا میں تہنٹ کیا کرتے (ریفرنس کیلئے صحیح بخاری۔ جلد اول۔ وحی کا بیان۔ حدیث نمبر ۳ کا مطالعہ کریں) تہنٹ سے مراد کئی راتیں عبادت یا غور و فکر کرتا ہے اور اس کے لئے توشہ ساتھ لے جاتے کیونکہ اس کیلئے انہیں تنہائی کی ضرورت تھی کہ جس ماحول میں حضورؐ کو بھیجا گیا تھا وہ غور و فکر کرنے کیلئے کتنا مناسب تھا یہ سب جانتے ہیں۔۔۔

مراقبہ ارتکاز چونکہ ایک پریکٹس ہے اس لیے عقل کا اس میں کوئی کام نہیں۔ پہلے بھی لکھا ہے کہ ارتکاز کی مشق تو ایک بچہ بھی کر سکتا ہے۔ دوسرا غور طلب نکتہ یہ ہے کہ ارتکاز عربوں کے معاشرے میں سرے سے ہی ناپید رہا ہے۔ عرب میں چونکہ صرف یہودیت اور عیسائیت ہی موجود تھی ہندو اور بدھ مت کا وہاں کوئی نام و نشان نہ تھا اس لیے تاریخ پر نظر رکھنے والے با آسانی تجزیہ کر سکتے ہیں کہ عربوں میں مراقبہ ارتکاز کا کوئی تصور ہی لئے سرے سے ہی موجود نہ تھا۔

یہ تو کلچر کے پھیلاؤ کا نتیجہ ہے۔ جہاں جہاں بدھ مت اور ہندو مت موجود تھا وہاں مراقبہ ارتکاز موجود تھا۔ یہیں سے یہ تصور اسلام میں پھیلا ہے۔ یہ سفری لڈیپ ہے cargo ہے cull ہے۔ یہودیت اور عیسائیت میں یوں بھی مراقبہ ارتکاز کی شدید مخالفت کی جاتی ہے

اس لیے آج بھی جو لوگ عیسائیت اور یہودیت پر سختی سے کار بند ہیں وہ مراقبہ ارتقا سے نفرت کرتے ہیں۔ قرآن مراقبہ ارتقا پر بات کرتا ہے۔۔۔

وَمِنَ الثَّانِيَةِ مَنْ يَعْبُدُ اللَّهَ عَلَى حَرْفٍ فَإِنْ أَصَابَهُ خَيْرٌ اطْمَأَنَّ بِهِ وَإِنْ أَصَابَتْهُ فَتْنَةٌ اِنْقَلَبَ عَلَى وَجْهِهِ خَسِرَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةَ ذَلِكَ هُوَ الْخُسْرَانُ الْمُبِينُ ۝ يَدْعُوا مِنْ دُونِ اللَّهِ مَا لَا يَنْفَعُهُمْ وَهُوَ يُنْفَعُهُ ذَلِكَ هُوَ الضَّلَالُ الْبَعِيدُ ۝ يَدْعُوا لَمَنْ هُمْ أَقْرَبُ مِنْ نَفْعِهِمْ لَيْسَ الْقَوْلُ وَلَيْسَ الْعَمَلُ ۝ إِنَّ اللَّهَ يُدْخِلُ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ إِنَّ اللَّهَ يَفْعَلُ مَا يُرِيدُ ۝ مَنْ كَانَ يَظُنُّ أَنْ لَنْ تَنْصُرَهُ اللَّهُ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ فَلْيَمِيزْ بِسَبَبٍ إِلَى السَّيِّئِ ثُمَّ لْيَنْقَطِعْ فَلْيُنْظَرْ هَلْ يُنْجِيهِ كَيْدُهُ مَا يَعْبَثُ ۝ وَكَذَلِكَ أَنْزَلْنَاهُ آيَاتٍ يَتَذَكَّرُ فِيهَا مَنْ يَرِيدُ ۝ إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَالَّذِينَ هُمْ أَقْرَبُ وَالصَّابِرِينَ وَالنَّصَارَى وَالْمَجُوسَ وَالَّذِينَ أَشْرَكُوا إِنَّ اللَّهَ يَفْصِلُ بَيْنَهُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّ اللَّهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ ۝

اور لوگوں کوئی ایسا ہے جو کنارے پر رہ کر اللہ کی بندگی کرتا ہے، بے شک اللہ جو چاہتا ہے کرتا ہے۔ اگر فائدہ ہوا تو مطمئن ہو گیا اور جو کوئی مصیبت آگئی تو اُلٹا پھر گیا۔ اُس کی دنیا بھی گئی اور آخرت بھی۔ یہ ہے صریح خسارہ۔ پھر وہ اللہ کو چھوڑ کر اُن کو پکارتا ہے جو اُس کو نقصان پہنچا سکتے ہیں اور نہ فائدہ۔ یہ ہے گمراہی کی انتہا، وہ اُن کو پکارتا ہے جن کا نقصان اُن کے نفع سے قریب تر ہے۔ بدترین ہے اُس کا مولا اور بدترین ہے اُس کا رفیق۔ (اس کے برعکس) اللہ اُن لوگوں کو جو ایمان لائے اور جنہوں نے نیک عمل کیے دنیا ایسی جنتوں میں داخل کرے گا جن کے نیچے نہریں بہہ رہی ہوں گی۔ جو شخص یہ گمان کرتا ہو

کہ اللہ دنیا اور آخرت میں اس کی ہر بات کو مدد سے کرے گا اسے چاہیے کہ ایک رسی کے ذریعے  
آسمان تک پہنچ کر شفاف لگائے پھر دیکھ لے کہ آیا کہ اس کی یہ تدبیر کسی ایسی چیز کو رد  
کر سکتی ہے جو اس کو ناگوار ہے۔ ایسی ہی کھلی کھلی باتوں کے ساتھ ہم نے قرآن کو نازل  
کیا ہے اور ہدایت اللہ جسے چاہتا ہے دیتا ہے۔ بے شک اللہ مسلمانوں اور یہودیوں اور  
سایہوں اور عیسائیوں اور مجوسیوں اور مشرکوں میں قیامت کے دن فیصلہ کرے گا،  
بے شک ہر چیز اللہ کے سامنے ہے۔

(المحج 11: 17)

ماننے کی بات ہے ارٹکار کو ایسا بنا کر پیش کیا جاتا ہے جیسے اس کے سوا خدا تک پہنچنا ممکن ہی  
نہیں۔ اگر یہ اتنا ہی اہمیت کا حامل ہوتا تو اللہ ہمیں قرآن میں اس کی تعلیم کیوں نہ دیتا؟  
حضور ہمیں آنکھ بند کر کے کسی مخصوص تصور کی مشق کرنے کا کیوں نہ دیتا تے؟

ایک مراقبہ بتایا ہے آپؐ نے اور وہ یہ ہے کہ جب تو نماز پڑھے تو یہ تصور کر کہ تو اللہ کو دیکھ رہا  
ہے اور اگر ایسا نہ کر سکے تو یہ خیال کر اللہ تجھے دیکھ رہا ہے۔ یہ واحد مراقبہ ہے جو نماز کی  
صورت ہمیں تعلیم کیا گیا ہے اور غور کریں نماز میں آنکھ بند نہیں کی جاسکتی۔۔۔

یہ مراقبہ مسلمانوں نے فراموش کر دیا ہے۔ کتنے ہیں جو تصور کر کے نماز پڑھتے ہیں کہ وہ اللہ  
کو اللہ نہیں دیکھ رہا ہے؟ جو رسولؐ نے بتایا اُسے چھوڑ کر خرافات کو لپکانا جاہلیت نہیں تو اور کیا  
ہے؟ اگر آپؐ نے یہ باب پوری توجہ سے پڑھا ہے تو سورہ حج میں جو اللہ نے فرمایا وہ آپؐ کو  
غیب سمجھ میں آ جاتا چاہیے۔

پھر یہ زیارتوں والا ایک نیا مسئلہ نکل آتا ہے۔ کوئی یہ کہتا ہے کہ وہ ہر وقت حضورؐ کی محفل  
میں موجود رہتا ہے۔۔۔ حضرت امام ابن سیرینؒ کے پاس جب کوئی آکر کہتا کہ اُسے  
نواب میں حضورؐ کی زیارت ہوئی ہے تو آپؐ اُس شخص سے خواب میں دکھائی دینے والا

حضور کا حلیہ مبارک پوچھتے۔ اگر تو وہ اصل حلیہ مبارک سے ملتا جلتا ہوتا تو کہتے کہ ملکہ دیکھا۔ اگر حلیہ مبارک سے اصل مشابہت نہ ہوتی تو اس شخص کو یہ کہہ بیگا دیا کرتے تھے کہ تُو نے خواب میں شیطان کو دیکھا ہے۔ یہ بات درست ہے کہ حضور نے فرمایا کہ جس نے خواب میں مجھے دیکھا اُس نے مجھے ہی دیکھا کیونکہ شیطان خواب میں میری صورت میں نہیں آ سکتا۔

اس بات پر غور کرنا چاہیے حضور نے یہ فرمایا شیطان میری صورت میں خواب میں نہیں آ سکتا یہ نہیں فرمایا کہ شیطان خواب میں کسی اور روحانی روپ کو دھار کر خواب دیکھنے والے کو یہ یقین نہیں دلا سکتا کہ وہ نبی کی زیارت کر رہا ہے۔۔۔

شیطان کی طاقت کا غلط اندازہ نہیں لگانا چاہیے under estimate نہیں کرنا چاہیے۔ وہ کوئی اور صورت دھار کر بھی آپ کو خواب میں یہ یقین دلانے کی کوشش کر سکتا ہے کہ آپ کو زیارت نبی ہو رہی ہے۔

حضور کا خواب میں دیدار بے شک سعادت عظیم ہے لیکن یہ بتانے والی نہیں چھپانے والی بات ہے۔ یہ تو عظیم ترین عطا ہے۔ اسٹیج پر بیٹھ کر گلا پھاڑ پھاڑ کر بار بار اس کا اعلان کرنے والوں کو ہوش کرنی چاہیے کہ کہیں شیطان نے انہیں بہکا تو نہیں دیا۔ ارتکاز کرنے والوں کے ساتھ یہ واردات خطرناک طریقے سے ہوتی ہے۔۔۔

انبیاء و صحابہ کرام، اولیاء اور صالحین کی بات بات پر زیارت اور دیدار ارتکاز میں معمولی مشقت سے ہر کسی کو حاصل ہونے لگتا ہے۔ یہ ہالوسی ٹیشن halucination ہے۔ شیزوفرینیا کے مریضوں میں بھی ایسی علامات بکثرت پائی جاتی ہیں۔ آؤٹ آف باڈی out of body کے تجربات بھی اکثر ہوتے ہیں جو کہ خیالی ہوتے ہیں fake ہوتے ہیں۔ ارتکاز کے دوران جس کیفیت و سرور اور ہالوسی ٹیشن halucination کا تجربہ

experience ہوتا ہے وہ بہت سی نشہ آور ادویات drugs استعمال کرنے والوں کو پہلے سے ہی با آسانی بازار سے با رعایت دستیاب ہوتا ہے۔ جس، المیون، ہیروئن یہ سب اسی کیف و سرور ecstasy کو جانے والے رستے ہیں۔ ارٹھکاز کر کے high ہو جائے یا جس کا سونا، ہیروئن کا انجکشن لگالے ایک ہی بات ہے۔۔۔ ایک جیسے ہی تجربات و احساسات ہوتے ہیں۔

ایک راز اس سارے معاملے کا اور بھی ہے کہ جب صاحب ارٹھکاز محویت کو پہنچتا ہے تو اس کے حواس اعتدال کو چھوڑ دیتے ہیں۔ یہ ایک ایسی فینڈ ہے جس میں درحقیقت انسان کے ذہن اور جسم کے کچھ حصے کام کر رہے ہوتے ہیں اور کچھ معطل ہو چکے ہوتے ہیں۔

اس محویت کے دوران ہر قسم کی ناویدہ غیبی طاقتیں، شیطانی ارواح اور طاغوت کی پوجا کرنے والے رذیل جنات ارٹھکاز کرنے والے پر راغب attract ہوتے ہیں کیونکہ وہ جسے انہیں شہید محویت کے اس عالم میں ایک اوپن پلیٹ فارم کی حیثیت اختیار کر چکا ہوتا ہے۔ اسے اس پر چناؤم کی اصطلاح میں معمول medium کہا جاتا ہے۔ اب کوئی بھی اس لاوارث اور سہوکار کی بنا کھوئے ہوئے ذہن پر اپنا تسلط جما سکتا ہے اس پر اثر انداز ہو سکتا ہے۔

ارٹھکاز کرنے والا ہر شخص اندرونی و بیرونی طور پر ان غیبی طاقتوں، جنات اور ارواح کے زیر اثر ہوتا ہے جو ہر لحاظ سے برگزیدہ guided ہو جانے کا یقین دلارہی ہوتی ہیں۔ یہ راز بہت کم لوگ جانتے ہیں کہ مگر یہ نہیں کہ کوئی بھی نہیں جانتا۔ کچھ جاننے والے خوب جانتے ہیں۔۔۔ کبھی ارٹھکاز کرنے والے کو غور سے دیکھیں۔۔۔

اس کی باتوں کا مشاہدہ کریں آپ کو دکھائی دے گا کہ وہ نفسیاتی طور پر متوازن balanced نہیں ہے۔۔۔ neurotic سا ہے۔۔۔ کچھ خطی سا آپ کو دکھائی دیتا ہے۔۔۔ اسی میں ساری نشانی ہے۔۔۔ جو لکھا ہے پوری ذمہ داری سے لکھا ہے۔۔۔

ارتکاز کو جو بھی سنجیدگی سے ایک مخصوص مدت تک کرے گا یہ طے ہے کہ یا تو وہ گمراہ اور  
رانندہ درگاہ ہوگا، یا پاگل ہو جائے گا اور خودکشی کرے گا۔ اور کچھ نہیں تو مجذوب ہو جائے گا۔

Spiritual meditation (concentration) is the most  
worst practice ever taught by human being

on this planet.

یہ جو مجذوب کبھی کبھی جذب سے عالم ہوش کو ملتے ہیں اس کی واحد وجہ یہی ہوتی ہے کہ  
مجذوب ہو جانے کے بعد ارتکاز کرنا ان کیلئے ممکن نہیں رہتا جس کی وجہ سے دس بیس سال  
میں کچھ نہ کچھ ہوش و حواس واپس بحال ہونے لگتے ہیں (مکمل ریکوری ہرگز نہیں  
ہوتی)۔۔۔ ہاں مگر وہ جس کے اخلاص پر اللہ مہربان ہو کر اسے استثنیٰ exception بخش  
دے۔۔۔ اس کی بات اور ہے۔۔۔

ارتکاز کی اصل حقیقت بیان کرنا بہت ضروری تھا۔ وجہ اس کی یہ ہے کہ شیطان لعین کا یہ  
طریقہ واردات پرانا چلا آتا ہے کہ برائی کو اچھائی کے لبادے میں پیش کرتا ہے۔ کڑوی  
گوئی پر منھاس کا لپ کرتا ہے تاکہ آسانی سے نگلی جاسکے۔

اب وہ وقت آچکا ہے جو بے پناہ تیز رفتار ہونے کے باعث ڈپریشن، اینگوائٹی اور سٹریس  
کے چنگھڑتے ہوئے طوفان اپنے اندر سموئے ہوئے ہے۔ اس ڈپریشن کو اس اینگوائٹی کو  
استعمال کرنے کیلئے اٹلیس پوری دنیا میں روپہ عمل ہو چکا ہے۔

جیسے پہلے ٹی وی، فلم انٹرنیٹ۔۔۔ پھر قش فلمیں porn اور پھر سوشل میڈیا کا بے قابو  
ہوتا طوفان نمودار ہوا ہے اسی طرح پوری دنیا کو اینگوائٹی سے نجات دلانے کیلئے مراقبہ  
ارتکاز mindfulness کو ایک سنہری حل charming solution کی طرح  
پیش کر دیا گیا ہے۔

ہندو اس موقع پر فائدہ اٹھانے میں سب سے آگے ہے۔ مراقبہ ارتکاز کے بڑے بڑے اجتماعات پوری دنیا میں ہندومت کو پھیلانے میں ہندوؤں کی بے اندازہ مدد کر رہے ہیں۔ بدھ مت والوں کی بھی چاندی ہو گئی ہے۔۔۔ ان کا تو یہ حال ہو گیا ہے کہ پچھلے یوگر ہم جنس پرستوں کو بھی قبول کیا جا رہا ہے جن کو ابھی تک کوئی مذہب منہ لگائے کو تیار نہیں۔

اب مراقبہ ارتکاز کی بدولت دوبارہ بدھوں کے مندر temples بھی نئے راستوں monks سے کھینچا کھینچ بھرتے جا رہے ہیں۔ پوری دنیا میں مراقبہ ارتکاز mindfulness meditation کو مذہب کے متبادل کے طور پر اس بہانے سے پیش کیا جا رہا ہے کہ یہ تو صرف یکسوئی حاصل کرنے کی ایک بے ضرر ذہنی مشق exercise ہے جس کا کسی بھی مذہب سے کوئی سروکار نہیں۔۔۔

روزانہ صبح شام آدھا گھنٹہ ارتکاز meditate کریں اور اپنے ذہنی تناؤ کو پرسکون کر لیں۔ چاہے آپ قتل کر کے آئے ہوں۔۔۔ پریشانی کی کوئی بات نہیں۔۔۔ تشریف رکھیے اور ارتکاز کا آغاز فرمائیے۔۔۔

ابتداء میں چونکہ اس کے مفید نتائج اچھے تیز رفتار اور حیرت انگیز ہوتے ہیں کہ مزاحمت ناممکن ہو جاتی ہے اسی لیے ہر آنے والے دن اس کی مقبولیت میں ہوش ربا اضافہ ہو رہا ہے۔ ہمارے ہاں روحانی مراکز، درگاہوں، مزاروں اور درباروں پر چونکہ پہلے ہی سے نیم خزانہ عقیدت مندوں کا ارتکاز کے جال سے شکار جاری و ساری ہے اس لیے یہ ان لوگوں کیلئے کوئی نئی یا چونکا دینے والی بات نہیں۔

لیکن جو بات چونکا دینے والی ہے وہ یہ ہے کہ اب مراقبہ ارتکاز mindfulness meditation کو ان لوگوں میں یوگا کے نام پر متعارف کروایا جا رہا ہے جو روحانی دنیا

روحانی مراد (ارٹھکاز، دھماکان) سے یکسر نا بلند ہیں اور اعلیٰ تعلیم یافتہ ہونے کے ساتھ ساتھ جدید معاشرتی رہن کن رکھتے ہیں۔ اس طبقے کو کارپوریٹ سیکٹر corporate sector کہا جاتا ہے۔ انہیں روزمرہ کے بڑھتے ہوئے ذہنی پریشانی اور اینگروائی کے حل کے طور پر ارٹھکاز concentration سے روشناس کروایا جا رہا ہے۔

بڑے شہروں میں تو یہ سلسلہ کافی پھیل چکا ہے کچھ وقت مزید گزرنے کی وجہ سے ہر چھوٹے بڑے شہر میں فٹنیشن سے نہایت کیلئے اور ایک بہترین، پرسکون زندگی گزارنے کیلئے یوگا سٹریزنگلی محلوں میں کھمبیوں کی طرح دکھائی دینے لگیں گے۔ ہیلتھ اور فٹننس کے لیے بظاہر ہے ضرر دکھائی دینے والے یوگا کی ورزشوں کی آڑ میں سانس کے مراقبے breathing meditation کا جو گھناؤنا دھندہ اب شروع ہونے جا رہا ہے اللہ ہم سب کو اس سے محفوظ رکھے۔

پہلے صرف روحانیت کے طبقات میں ارٹھکاز مقبول تھا اب ہر طبقہ فکر سے تعلق رکھنے والے لوگوں کو اس کا شکار کیا جائے گا۔ ایک نیا امتحان، ایک اور نئی آزمائش اس پاک سرزمین کے باسیوں کی طرف بڑھتی چلی آتی ہے۔۔۔

سورۃ الساس کے ہائے مسیں کھنڈا ہوں گم صم

اور میرے چاروں طرف شور مچاتے شر ہیں

☆☆☆☆☆☆



## اعلیٰ شعور تک رسائی

### Access Towards Higher Consciousness

قریب نفس کے دوران شعوری کوشش conscious struggle کے ساتھ ساتھ انسان کو اعلیٰ شعور تک رسائی access towards higher consciousness کی ہر حال میں ضرورت پڑتی ہے۔ کوشش کرنا فرض ہے اس کے بغیر چارہ نہیں مگر کوشش میں struggle میں محنت میں efforts میں ایک مقام آتا ہے جس سے آگے نفس انسان نہیں جاسکتا۔ یہ لا حاصل futility کا مقام ہے۔ کوشش کی ایک حد ہے یا اپنی حد سے اوپر نہیں جاسکتی۔

ابدیت infinite تک پہنچنے کیلئے نفس انسان کو رسائی access چاہیے۔ اللہ رب العزت کے دربار تک رسائی چاہیے اور یہ رسائی صرف اور صرف اللہ تعالیٰ خود عطا فرماتا ہے۔ اس رسائی کو حاصل کرنے کیلئے علم کے ساتھ ساتھ اللہ کی یار کی ہے پناہ ضرورت پڑ جاتی ہے۔ نفس یہاں تک آتے آتے تھوڑا بہت خود کو تو پہچان لیتا ہے۔

بہت سا مشاہدہ بھی کرنے لگتا ہے مگر هنوز رسائی بہت دور ہوتی ہے۔ اس مقام پر نفس رسائی کو خودی کے علم کے ساتھ خدائی علم کی بھی ضرورت پڑتی ہے۔ اللہ کی یاد کیا ہے؟ کیسے یاد کیا جائے؟ تصور خدا کی پہچان کیا ہے، حضور پر نور حضرت محمد مصطفیٰ کی پہچان کیسے کی جائے، شیطان کیا ہے؟ دعا کی حقیقت کیا ہے؟ انسان کا مقصد حیات کیا ہے اور معرفت نفس کسے کہتے ہیں؟

نفس کو خودی کے علم کے ساتھ اب ان سوالات کے جوابات کی اشد ضرورت پڑتی ہے تا کہ اس کا شعور اللہ کے حضور رسائی حاصل کر کے اعلیٰ ترین معیار higher consciousness کو، معرفت کو enlightenment کو پہنچ سکے۔ نفس کو جتنا بھی سمجھ لیا جائے مشاہدہ observation کتنا ہی تیز کیوں نہ ہو جائے اگر اللہ کی بارگاہ میں قبول نہ کیا جائے access granted نہ ہو تو نفس کا سارا علم اور سارا مشاہدہ استدراج کے پاتال میں میں دھکیل دیا جاتا ہے۔

اگر اللہ ہدایت نہ دے تو نفس کے علم کا کوئی فائدہ نہیں۔۔۔ مشاہدہ بھی ارتکاز کے برابر ہو جاتا ہے۔۔۔ سب بیکار دھرارہ جاتا ہے۔۔۔ رسائی کیلئے سب سے پہلے اللہ کی یاد ضروری ہے۔ اگر نفس یا خدا میں نہیں ہے تو وہ کچھ بھی نہیں ہے۔ اس کی کوئی حیثیت دنیا و آخرت میں نہیں۔ وہ بچ فقیر سا دھوسنت تو ہو سکتا ہے اللہ کا دوست نہیں ہو سکتا۔۔۔

اللہ کی دوستی اس کی محبت ہے اور اس کی محبت اس کی یاد ہے۔

وَقَايِلْ كُؤِرَالْ أُولُو الْاَلْبَابِ

اہل عقل کے سوا مجھے کوئی یاد نہیں کرتا

(البقرہ 269)

☆☆☆☆☆☆

اللہ کی یاد، اللہ کی پہچان، محبت رسولؐ، شیطان کا تعارف  
دعا کی حقیقت، اعلیٰ مقصد حیات، معرفت نفس،

Remembrance of Allah, Understanding of Allah

Affiliation with Prophet Muhammad (PBUH)

Devil's Introduction, Reality of Prayer

The Ultimate Purpose of Life

Enlightenment of The Self

## اللہ کی یاد

### Remembrance of God

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ  
تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۝

وہ لوگ جو ایمان لائے اور ان کے دلوں کو اللہ کی یاد سے تسکین ہوتی ہے،  
خبردار! اللہ کی یاد ہی سے دل تسکین پاتے ہیں۔

(الرعد 28)

اللہ کو یاد کیے بغیر انسان کی نجات ممکن نہیں ہے۔ یاد اس کو کیا جاتا ہے جس سے محبت ہو۔ اس کا ایک نچلا درجہ یہ بھی ہے کہ کسی سے اگر کوئی ضروری کام پڑ جائے تو حب بھی اسے یاد کیا جاتا ہے۔ شروع میں چونکہ نفس انسان کو اللہ سے زیادہ قرابت اور پہچان نہ ہونے کی وجہ سے زیادہ محبت محسوس نہیں ہوتی اس لیے آغاز میں اللہ کو اس لیے یاد کرتا ہوتا ہے تاکہ وہ اپنی محبت انسان کو عطا کرے۔۔۔ کسی کام کسی مشکل کے حل کیلئے بھی اللہ کو یاد کرتا ہوتا ہے۔ جب کسی کو یاد کیا جانا مقصود ہو تو انسان اس کا تذکرہ بار بار کرتا ہے اسے remember کرتا ہے۔

اسی طرح اللہ کو یاد کرنا اس کا ذکر کرنا ہے۔ نماز ایک ایسا ذکر ہے جو مخصوص اوقات میں فرض ہے۔ قرآن ذکر ہے۔ تسبیح ذکر ہے۔ اسی طرح پھر وہ ذکر ہے جو سب سے بڑا ذکر ہے۔ اس پر آگے بات ہوگی۔۔۔

نماز اور قرآن کے پڑھنے کیلئے کچھ ضابطے ہیں protocols ہیں جن میں طہارت وضو سب سے پہلے ہے۔ نماز اور قرآن کو سارا دن نہیں پڑھا جاتا۔ کچھ مخصوص لوگ ہوتے ہیں جیسے قرآن کے قاری، حفاظ اور ریسرچ کرنے والے بھی ہوتے ہیں جو قرآن کو بہت زیادہ پڑھتے ہیں۔ اللہ کے نیک بندے اس کے دوست بھی قرآن کو کثرت سے پڑھنے والے ہوتے ہیں لیکن پھر بھی ایک حد سے زیادہ نہیں پڑھا جاسکتا۔

جو وقت نکلتا جاتا ہے اس میں جو شخص اللہ کی طلب اور محبت رکھتا ہے فطری طور پر اس کی خواہش ہوتی ہے کہ ہر وقت اللہ کو یاد کرے۔ جب انسان اس مقام پر پہنچتا ہے تو اسے تسبیح اور ذکر کی ضرورت پیش آتی ہے۔ پہلے تسبیح پر بات کرتے ہیں۔

اچھی خاصی اکثریت ان مسلمانوں کی ہے جو تسبیح کے معاملے پر تردد confusion کا شکار ہوتے ہیں۔ ہمارے معاشرے میں تسبیح والے ہمیشہ کم تعداد میں نظر آتے ہیں۔ تسبیحات کا ایک مخصوص گنتی کے ساتھ پڑھنا اسوہ نبی کریم سے ثابت ہے۔ کل طیبہ کا ورد کرنا، ورد شریف پڑھنا، سبحان اللہ، الحمد للہ یاد دیگر تسبیحات کو ایک مخصوص تعداد یا بار کسی گنتی کے پڑھنے میں کیا قیادت ہو سکتی ہے آج تک سمجھ نہیں آ سکی۔

کچھ لوگ صرف انگلیوں پر تسبیح کرنے کو ہی جائز سمجھتے ہیں۔ ہرگز کوئی حرج نہیں مگر جو زیادہ تسبیح کی خواہش رکھتا ہو؟ جس کی اہمیت، استطاعت، توفیق اور محبت الہی بہت زیادہ ہو وہ کیا کرے؟ مثال کے طور پر اگر کوئی شخص آیت کریمہ کو روزانہ پانچ سو یا ہزار بار پڑھنا چاہے تو یہ انگلیوں پر گننا ممکن نہیں اب دانوں والی تسبیح کی ضرورت پڑتی ہے۔

کچھ لوگ ڈیجیٹل تسبیح بھی استعمال کرتے ہیں۔ دانوں والی تسبیح جتنی بھی بڑھ جائے اللہ کی  
والی تسبیح خاص طور پر نماز کے بعد ترک نہیں کرنی چاہیے کہ سنت ہے۔ ہمارے ہاں کسی کے  
سامنے تسبیح کرنا مسودہ و نمائش اور ریاکاری سے تعبیر کیا جاتا ہے۔

یہ تصور اتنا پختہ ہے کہ سوائے بزرگ خواتین و حضرات کے اگر تسبیح کسی نوجوان کے ہاتھ میں  
دکھائی دے جائے تو اسے بڑے اچھے اور حیرانی والی ایسی نظروں کا سامنا کرنا پڑتا ہے جن  
میں جھجھکی ہوتی ہے اور شک بھی۔ یہ بات درست ہے کہ بہت سے لوگ اپنا ہاڈ  
image اچھا اور پارسا بنانے کیلئے لوگوں میں تسبیح لے کر پھرتے ہیں مگر ان کے کردار اور  
ان کی تسبیح میں اس قدر تضاد ہوتا ہے کہ لوگوں نے ہر تسبیح والے کو ریاکار سمجھ کر دیکھنا شروع  
کر دیا ہے۔ نینوں کو سب سیرہا کیا ہے، حج کرنا ہم مسافروں کا کام ہے۔

لیکن کچھ لوگ ایسے بھی ہوتے ہیں کہ جن کو اتنی زیادہ تسبیح کرنا ہوتی ہے کہ اسے چھپائے رکھنا  
ان کے لیے ناممکن ہو جاتا ہے۔۔۔ بہر حال جو تسبیح کے مخالف ہیں ان کے گھروں میں بھی  
تسبیح دیکھی ہے۔۔۔ تسبیح کی حیثیت ایک آلے tool سے زیادہ کچھ نہیں ہے۔ جیسے مسجد میں  
پیکیڑ آواز بڑھانے کیلئے آلہ ہے ایسے ہی تسبیح بھی صرف ایک آلہ ہے۔

پھر اکثر ایک بات کہی جاتی ہے کہ جب اللہ گن کر نہیں دیتا تو پھر اسے گن کر یاد کیوں  
کیا جائے۔۔۔ یہ بات صرف وہ لوگ کہتے ہیں جو تسبیح کی حقیقت کو سرے سے ی  
نہیں جانتے۔ اللہ گن کر بھی دیتا ہے اور بغیر گنے بھی۔ زندگی کے سانس گنے ہوئے ہیں۔  
رزق گنا ہوا ہے۔ وقت گنا ہوا ہے۔ ماں باپ، بہن بھائی، بیوی بچے، وطن دولت، عمر،  
بیماری، آزمائش ہر شے حتیٰ کہ جو پانی آسمان سے زمین پر بارش کی صورت آسمان جاتا  
ہے اس کا بھی ایک ایک قطرہ گنا ہوا ہے۔ اللہ کو گن کر بھی یاد کرنا ہوتا ہے اور بغیر گنے  
بھی، سمجھنے کیلئے بات کو ایسے بیان بھی کیا جاسکتا ہے کہ اللہ کو بے اندازہ یاد کرنے کو ذکر

اور اندازے سے یاد کرنے کو تسبیح کہتے ہیں اور ہمیں اللہ نے قرآن میں دونوں طرح سے  
 غور کو یاد کرنے کا حکم دیا ہے۔ گنتے یا نہ گنتے سے اللہ کو کوئی فرق نہیں پڑتا۔ معاملہ یہ ہے کہ  
 اللہ کے اس قدر خوبصورت نام ہیں، ایسی زبردست آیات ہیں۔ اعلیٰ ترین معیار کی دعا میں  
 ہیں۔ لامحالہ اپنے حالات و واقعات کے حساب سے ہر نفس کو بہت سے ناموں سے، بہت  
 سی آیات سے اور بہت سی دعاؤں سے اللہ کو یاد کرنا ہوتا ہے۔ ایک ہی وقت میں نفس انسان  
 کو ہزار ہا مسائل (جو کہ نفسیاتی اور جسمانی دونوں طرح کے ہوتے ہیں) سے نبرد آزما ہونا  
 پڑتا ہے۔

تسبیح سے فائدہ یہ ہوتا ہے کہ انسان بہت سے اسمائے الہیہ، آیات اور دعاؤں کو ایک مخصوص  
 تعداد مقرر کر لینے کی وجہ سے روزانہ پڑھنے میں کامیاب ہو جاتا ہے اور ان اسماء، آیات اور  
 دعاؤں کے اثرات سے فیض یاب ہو جاتا ہے۔ ذکر کو معین مقدار میں روزانہ کرنے کو نفس کی  
 طبیعت بھی سہل سمجھتی ہے اور اس میں اس مقدار سے ایک عادت پیدا ہو جاتی ہے۔ تسبیح تین  
 ماہ سے زیادہ عرصہ کسی کی قائم رہ جائے تو نفس اسے مستقل عادت کی طرح اپنا لیتا ہے پھر  
 جیسے اسے کھانا کھائے بغیر جین نہیں آتا اسی طرح تسبیح بھی اس کی فطرتِ ثانیہ بن جاتی ہے۔  
 لیکن عادت اسے ان گنت ذکر کی جانب لے جاتی ہے اور بالآخر وہ محبتِ الہی سے مالا مال  
 ہو جاتا ہے۔

تسبیحات بہت سی ہو جاتی ہیں اور ذکر ایک ہوتا ہے۔۔۔ تسبیح بھینکتی ہے، یہ بڑھتی ہے۔  
 یہ صرف اس کو عطا ہوتی ہے جس کے دل میں اللہ کی محبت ہوتی ہے، اعلا میں ہوتا ہے  
 sincerity ہوتی ہے۔ پہلے تھوڑی تعداد سے شروع کرنا چاہیے، بے شک انگلیوں پر  
 گنتے سے آغاز کر لیا جائے۔ ارادہ مصمم ہو کہ ہر حال میں اس مخصوص تعداد کو روزانہ پڑھنا  
 ہے کیونکہ اللہ تعالیٰ کو انسان کا وہ عمل سب سے زیادہ پسند ہوتا ہے جو بے شک تھوڑا ہو مگر

مستقل ہو۔ ہمیشہ جاری رہے۔ چار سے چھ مہینے میں عادت مستقل ہو جاتی ہے پھر پھیلاؤ  
expansion شروع ہو جاتا ہے۔ تسبیح کو زیادہ کرنے کی خواہش پیدا ہوتی ہے۔ جیسے  
جیسے اللہ توفیق دیتا چلا جاتا ہے تسبیح کرنے والے کی استعداد بڑھتی چلی جاتی ہے۔ تسبیح  
کرتے ہوئے جو بھی پڑھا جا رہا ہو اس پر کبھی ارتکاز concentrate نہیں کرتا  
ورنہ تسبیح بھی ارتکاز جیسے نقصانات دینے لگتی ہے۔

اکثر آپ نے سنا ہوگا کہ فلاں نے کچھ پڑھنا شروع کیا تو اسے رجعت ہو گئی۔ رجعت  
ارتکاز سے ہوتی ہے۔۔۔ کسی بھی صورت میں ارتکاز نہیں کرنا چاہیے۔ ہمارے ہاں لوگ  
ارتکاز کو مقدس سمجھ کر شروع کر دیتے ہیں۔ ہمیں بہت اچھا لگتا ہے جب کوئی کہے کہ یہ  
پڑھو اور اسے پڑھتے ہوئے پورا دھیان اسی لفظ، آیت اور اس کے معانی پر رکھو۔۔۔  
اس سے بچنا ہے یہ ارتکاز ہے۔

رجعت ہوئی اور جن بھوت نظر آنے لگے تو پھر اپنی ڈپریشنٹ کہانی پڑیں گی۔ نفسیاتی  
علاج شروع ہو جائے گا اور بیڑا غرق ہو جائے گا۔ پچھلا باب سارے کا سارا اسی پر لکھا  
ہے۔ ہمیں ویسے ہی اللہ کو یاد کرنا ہے جیسے اللہ نے یاد کرنے کا کہا ہے۔ تنہائی میں بھی یاد  
کرنا چاہیے مگر خیال کو مجبور کر کے زبردستی نہیں روکنا چاہیے اس سے خرابی کا آغاز  
ہو جاتا ہے۔

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي  
خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ  
فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ۝

وہ جو اللہ کو کھڑے اور بیٹھے اور کروٹ پر لیٹے یاد کرتے ہیں اور آسمان اور زمین کی پیدائش  
میں فکر کرتے ہیں، (کہتے ہیں) اے ہمارے رب تو نے یہ بے فائدہ نہیں بنایا تو سب



یہیوں سے پاک ہے سو ہمیں روزِ ش کے خطاب سے بچا۔  
(آل عمران 191)

ہمیں مرادی معافی قرآن پاک سے نکالنے کی لت لگی ہوئی ہے۔ کوئی پیر بھی نہیں قرآن صاف زبان میں ہے جب اللہ خود کہہ رہا ہے کہ کھڑے، بیٹھے، لیٹے ہر حالت میں مجھے یاد کرو تو ہمیں کیا پڑی کہ اس میں غبی راہ نکالیں ہمیں تو اللہ کا حکم ماننا ہے۔

لوگ کہتے ہیں کہ فلاں شخص تسبیح پڑھتے ہوئے ریاکاری کرتا ہے۔ باتیں بھی کر رہا ہوتا ہے اور ساتھ ساتھ تسبیح بھی پھیر رہا ہوتا ہے۔ ایسا وہ کہتا ہے جو تسبیح کو جانتا نہیں ہے۔ جب بہت کی جاتی ہے یا بہت کرنی ہوتی ہے تو ایسے بھی کی جاتی ہے۔ اب کسی نے اگر دن میں سو مختلف تسبیحات کرنی ہوں تو کہاں چھپ کر تسبیح کرے؟

ہاں جو لوگوں کو دکھانے کیلئے ایسا کرتا ہے اسے اللہ کے ہاں بخش ہوتا ہے۔ وہ جانے اللہ جانے۔۔۔ حیرت ہوتی ہے ایسے لوگوں میں اتنی ہمت کہاں سے آ جاتی ہے کہ خدا سے اپنے ذاتی تعلق کو بھی دکھاوے میں تسبیح ڈالتے ہیں۔

تسبیح کا مقصد بہت اہمیت کا حامل ہے۔ لوگ رزق کیلئے، صحت کیلئے، اولاد کیلئے، مصیبت سے نکلنے کیلئے اور ہر قسم کی حاجت اللہ کی بارگاہ میں پیش کر کے مراد پانے کیلئے تسبیح کرتے ہیں۔ حق ہے۔۔۔ ہندو مانگنے والا ہے اللہ عطا کرنے والا ہے۔ اللہ کے نام پر اس کے کلام پر جب اس سے سوال کیا جاتا ہے تو بے شک دودیتا ہے۔ تسبیح کرنے کیلئے یہ بہت اچھا مقصد ہے۔

لیکن کچھ لوگ تسبیح اللہ کی محبت میں کرتے ہیں۔ وہ اللہ کی یاد میں رہنے کیلئے تسبیح پھیرتے ہیں۔ یہ تسبیح کا اصل مقصد ہے۔ تسبیح دراصل انہیں لوگوں کیلئے ہے۔ تسبیح جب بے لوث unconditional ہو کر صرف اللہ کی محبت میں کی جائے تو بڑی شے ہے۔ جب کوئی

اللہ کو تسبیحات کے ذریعے اس کے مختلف ناموں سے بار بار پکارنا شروع کرتا ہے تو اللہ کی نظروں میں زیادہ آجاتا ہے۔۔۔ یہ کوئی دو چار دن یا مہینوں کا نہیں، یہ بندے کا اللہ سے محبت کا رشتہ ہے یہ ساری زندگی قائم رکھنا ہوتا ہے۔۔۔ پھر اللہ دیکھتا ہے کہ تسلسل میرے اس بندے میں کتنا ہے، استقامت کتنی ہے۔

جب تسلسل قائم ہو جائے یعنی تسبیح کرنے والا واپس نہ پلٹے اور اس کی کوئی طلب بھی نہ ہو یعنی اللہ کے پیچھے ہی پڑ جائے تو اللہ رب العزت اس کی طرف نظر کرم فرماتا ہے اور اس کی متوجہ ہو کر اس کی تربیت کا آغاز کر دیتا ہے۔۔۔

اب بندہ آزمایا جاتا ہے۔ سخت حالات میں تسبیح کرنے والے کا استقلال دیکھا جاتا ہے۔ کبھی کشائش دے کر آزمایا جاتا ہے کہ دیکھتے ہیں دنیا کو بھگتا ہے یا کھزار ہوتا ہے۔ تکلیف بیماری، دوسرے مایوسی، انتظار پریشانی ہر شے سے گزارا جاتا ہے۔ خوب ٹھوک پیٹ کر دیکھا جاتا ہے۔۔۔ ہر طرح کے حالات میں اس کا رویہ attitude اللہ کی جانب کیسا ہے۔ جن کو بھگنا ہوتا ہے وہ ایک دوسرے میں پڑتے ہی چپکے سے کھسک لیتے ہیں۔۔۔ لیکن جن کو اللہ کی لو لگی ہوتی ہے جن کے دلوں میں عشق الہی کا جذبہ موجزن ہوتا ہے وہ کسی طوفان سے نہیں ٹٹلتے۔۔۔ کبھی صبر کرتے ہیں، کبھی توکل کی چادر اوڑھ لیتے ہیں، کبھی تقویٰ کی پتواری سے طوفانوں میں گھری ناؤ کو آگے بڑھاتے ہیں۔

بشر ہونے کی مجبوری میں دباؤ بہت بڑھ جانے کی صورت میں اگر روٹا بیٹنا پڑ بھی جائے تو اللہ کے آگے روتے ہیں لیکن بندوں کے سامنے سیر پٹائی دیوار کی طرح کھڑے رہتے ہیں۔ وہ جانتے ہیں کہ صوفی وہ ہوتا ہے کہ جس کے اندر کا دباؤ اس کی شخصیت کی درازوں سے کبھی دکھائی نہیں دے سکتا۔۔۔ انہیں اللہ جانتا ہوتا ہے اور وہ اللہ کو جانتے ہوتے ہیں۔۔۔

یہ عشق، محبت اور وفا کی وہ لازوال داستان حیرت ہے جو خالق اور مخلوق کے رشتے میں بیحد سے دہرائی جاتی رہی ہے اور اسے ایسے ہی دہرایا جاتا رہے گا۔۔۔

This is the most beautiful love story between  
human and God.

یہ انسان کا واحد مقصد حیات ہے۔ تسبیح کرنے والوں کو سب سے بڑی سکوت اس راستے میں مل جاتی ہے کہ تسبیح اور ذکر میں کوئی تکلف formality نہیں ہے، کوئی ضابطہ کوئی protocol نہیں۔ یہ لامحدود unlimited یاد خدا کو جانے کا واحد راستہ ہے۔

وضو کیا ہے بہت اچھی بات ہے۔۔۔ اگر نہیں کیا تو کوئی حرج نہیں، کوئی پابندی نہیں۔۔۔ یہ بہت بڑی بات ہے۔ کوئی اس پر غور کرے تو طبع سارے کے سارے روشن ہو جائیں۔ طبیعت صاف ہو کر اپنی اوقات صاف دکھائی دینے لگے۔

اللہ اس کائنات اور ہر شے کا خالق ہے مالک ہے۔ اس کا نام بغیر پاک ہوئے لینے کی ہمت کس میں ہے؟ قدسیوں سے کوئی پوچھ کے دیکھے کہ اس عظیم ذوالجلال والا کرام نے اس ناپاکی میں پھنسے ہوئے کمزور انسان سے اپنی محبت کا کیسا زبردست اظہار کیا۔۔۔ کیا بے پایاں کرم فرمایا کہ اس کمزور ترین مخلوق کی بھجوری کو ایک خالق کے طور پر جانتے ہوئے اسے ہر حالت میں اپنا نام لینے اور خود کو یاد کرنے کی لامحدود اجازت عطا فرمادی۔۔۔

اپنی سب سے بڑی عبادت (ذکر) کو اس نے پروٹوکول سے آزاد کر کے انسان کو عطا فرمادیا۔ حیرت ہے کہ کچھ لوگ تسبیح نہ کرنے کی دلیل لاتے ہیں۔ کیا ہو گیا ہے مسلمانوں کو؟ تسبیح اگر اللہ کی محبت میں کسی نے شروع کرنی ہے تو پھر یہ جان رکھے کہ نہ تو کسی کیفیت سرور کا لالچ رکھتا ہے اور نہ ہی ایسی کوئی توقع دل میں چھپا کر رکھتی ہے کہ مجھے کوئی روحانی

مختصر لکھ

طاقت اس تسبیح سے ملے گی۔ جزا سے بے نیاز ہو کر اللہ کو یاد کرنا ہے۔۔۔ کرتے ہی رہنا ہے۔۔۔ وہ خوب جانتا ہے کہ بندے کو کب، کیا اور کتنا دینا ہے۔۔۔ یاد رکھنا چاہیے سب سے اچھا بھکاری وہ ہوتا ہے جو داتا سے کبھی کسی شے کی طلب نہ کرے۔ بس ہر وقت بس نوائے، دامن پھیلائے در دولت پر کھڑا حاضر رہے۔۔۔ جو عطا ہو شکر کرتا رہے۔۔۔ مگر اس در سے کبھی اٹھ کر نہ جائے۔۔۔ اللہ کے در پر واپس آنے کیلئے نہیں جاتے بس جانے اور پھر کبھی پلٹ کر نہ آنے کیلئے جاتے ہیں۔ اللہ ہر ایک کو گدائی کا سلیقہ عطا فرمائے۔ علم عطا فرمائے۔ آمین۔

اگر تسبیح کسی استاد سے لی جائے اور استاد واقعتاً استاد ہی ہو تو کیا ہی بات ہے۔ اگر استاد نفل سکھاتو یہ ہرگز کوئی فرض نہیں کہ اللہ سب کا اللہ ہے۔ اللہ کے تمام اچھے ناموں میں سے جو بھی دل کو زیادہ پسند آئیں ان کی تسبیح بنا لینی چاہیے۔ مزاج اور نفسیات کو بھی مد نظر رکھ لینا چاہیے جیسا کہ اگر کسی میں بغل حد سے بڑھا ہوا ہے تو یا غنی کی تسبیح اسے لینی چاہیے۔۔۔ تسبیح کسی آیت کی بھی ہونی چاہیے جیسے آیت کریمہ ہے اسی طرح تسبیح میں کلمہ بھی ہونا چاہیے۔۔۔ استغفار بھی لازم تسبیح میں رکھنا ہوتا ہے۔۔۔ چھوٹی سورۃ کی تسبیح بھی کی جاسکتی ہے۔ جیسی سورہ اخلاص، آیت الکرسی اور اسی طرح چھوٹی چھوٹی بہت ہی خوبصورت سورتیں ہیں جن کی تسبیح کرنا آسان ہے۔۔۔

وہ تسبیح اوجھری ہے جس میں درود شریف کا کوئی حصہ نہ ہو۔۔۔ اس طرح شروع میں کچھ تسبیحات جو زیادہ وقت والی محسوس نہ ہوں سے آغاز کرنا چاہیے۔ تعداد کم از کم تو ایک ہی تسبیح ہے اسی سے شروع کرنا چاہیے کہ کسی اسم الہی کی ایک سے دو آیت کریمہ وغیرہ کی ایک تسبیح سے آغاز ہو۔ آہستہ آہستہ پھر پہلے اگر ایک ایک تسبیح کی جاری ہے تو اسے دو اور کچھ عرصہ بعد جب آسانی محسوس ہونے لگے تو تین تین تسبیحات کر دینی چاہئیں۔

تسبیح کیلئے وقت کی کوئی قید نہیں ہے جب کوئی شروع کرے تو ایسے وقت میں رکھ لے  
جب نفس بالکل مزارع نہ ہو جیسے رات کے کھانے کے بعد چہل قدمی کے وقت، صبح کی سیر  
کے دوران اس طرح کسی بھی آسان وقت سے آغاز کیا جائے۔

پھر آہستہ آہستہ اس میں بھی آسانی محسوس ہونے لگے تو پہلے سے جاری تسبیحات کی تعداد  
اور نئی تسبیحات کو حسبِ توفیق بڑھاتے چلے جانا چاہیے۔ اپنی اپنی طاقت، ہمت اور توفیق  
الہی کی بات ہے۔ یہ صرف ایک آئیڈیا کے طور پر بیان کیا ہے ورنہ جتنی دل چاہے بندہ  
کرے کوئی فارمولہ نہیں کہ اسے ہر حال میں اتنے سے ہی شروع کرنا ہے۔

ایک بات جو واضح ہونا بہت ضروری ہے وہ یہ کہ صرف خالی تسبیح سارا دن طوطے کی طرح  
رٹنے سے کچھ حاصل نہیں ہوتا۔ بندہ سارا دن تسبیح پھیرتا رہے اور جھوٹ بھی بولے،  
خیانت بھی کرے۔ لوگوں کو دھوکا بھی دیتا رہے یہ کوئی تسبیح نہیں ہے۔ پہلے بھی لکھا ہے  
کہ اس بات میں کوئی دورائے نہیں کہ اللہ جھوٹے کو پسند نہیں کرتا اور نہ ہی ایسے شخص کو  
ایسا دوست بناتا ہے۔ تسبیح، اصل میں تسبیح تب ہے جب انسان تسبیح کے ساتھ اپنے نفس کا  
محاسبہ بھی کر رہا ہو۔ نفس کی اطاعت میں جینا اور ساتھ تسبیح بھی پھیرنا یہ دو ٹکڑا پن ہے  
duality ہے۔۔۔ اگر یہ حالت ہو تو بھلے شاہ کی بات سو فیصد سچ ہے۔

سرتے ٹوٹی تے نیت کھوٹی

لینا کی سرفروشی دھر کے

تسبیح پھیری پر دل نہ پھریا

لینا کی تسبیح جتھ پھڑ کے

اوائل میں سب کا یہی حال ہوتا ہے۔ یہیں سے تقریباً سبھی کی تسبیح کا آغاز ہوتا ہے۔ لیکن یہ  
بات یاد رکھنی چاہیے کہ تسبیح کے دوران خود کو بہتر کرنے کی شدید کوشش کرنی چاہیے کیونکہ

مختصر

اللہ کو ادا کار نہیں، اخلاص والے سچے بندے پسند ہیں۔۔۔ ایسی بات نہیں کہ ثواب بالکل ہی نہیں ہوتا کسی نہ کسی درجے میں ثواب ضرور ملتا ہے کہ نہ پڑھنے سے پڑھنا ہر حال میں افضل ہے۔ ہم سب شروعات میں نفس کی پیچیدگیوں میں بری طرح الجھے ہوتے ہیں۔ ایسی صورت میں انسان تسبیح اور تہ کیہ نفس ایک ساتھ شروع کرے تو بے شک اللہ رحیم بھی ہے اور کریم بھی۔

هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَالِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ هُوَ الرَّحْمَنُ  
الرَّحِيمُ ۝ هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلَامُ الْمُؤْمِنُ  
الْمُهَيِّمُ الْعَزِيزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا يُشْرِكُونَ ۝ هُوَ اللَّهُ  
الْخَالِقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَى يُسَبِّحُ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ  
وَالْأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ۝

وہی اللہ ہے کہ اس کے سوا کوئی معبود نہیں، سب چھپی اور کھلی باتوں کا جاننے والا ہے، وہ بڑا مہربان نہایت رحم والا ہے۔ وہی اللہ ہے کہ اس کے سوا کوئی معبود نہیں، وہ بادشاہ، پاک ذات، سلامتی والا، امن دینے والا، نگہبان، غالب، زبردست، بڑی عظمت والا ہے، اللہ پاک ہے اس سے جو اس کے شریک ٹھہراتے ہیں۔ وہی اللہ ہے پیدا کرنے والا، ٹھیک ٹھیک بنانے والا، صورت دینے والا، اس کے اچھے اچھے نام ہیں، سب چیزیں اسی کی تسبیح کرتی ہیں جو آسمانوں میں اور زمین میں ہیں، اور وہی زبردست حکمت والا ہے۔

(الحشر 22-24)

وَإِذْ يُؤْتِسُ لَيْلٍ الْمُرْسَلِينَ ۝ إِذْ أَتَى إِلَى الْفُلْكِ الْمَشْحُونِ ۝ فَتَاهَفَ  
فَكَانَ مِنَ الْمُدْحَضِينَ ۝ فَالْتَقَمَهُ الْمَوْتُ وَهُوَ مُلِيمٌ ۝ فَلَوْلَا أَنَّهُ كَانَ مِنَ  
الْمُسْتَجِيبِينَ ۝ لَلَّيْسَ فِي تَطْيِيبِهِ إِلَى يَوْمِ يُنْعَمُونَ ۝

اور بے شک یونس بھی رسولوں میں سے تھا۔ جب کہ وہ بھاگ گیا اس شقی کی طرف جو بھری ہوئی تھی۔ پھر قرعہ الا تو وہی خطا کاروں میں تھا۔ پھر اسے مچھلی نے لقمہ بنالیا اور وہ پشیمان تھا۔ پس اگر یہ بات نہ ہوتی کہ وہ تسبیح کرنے والوں میں سے تھا۔ تو وہ اس کے پیٹ میں اس دن تک رہتا جس میں لوگ اٹھائے جائیں گے۔

(الحفصہ 139 144)

قَالَ رَبِّ اجْعَلْ لِي آيَةً قَالَ آيَتُكَ أَلَّا تُكَلِّمَ النَّاسَ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ إِلَّا زَوْجًا  
وَأَذًا كُنُزَ رَبِّكَ كَثِيرًا وَسَبِّحْ بِالْعُشِيِّ وَالْإِبْكَارِ ۝

کہا اے میرے رب! میرے لیے کوئی نشانی مقرر کر فرما یا تیرے لیے یہ نشانی ہے کہ تو لوگوں سے تین دن سوائے اشارہ کے بات نہ کر سکے گا۔  
اور اپنے رب کو بہت یاد کر اور شام اور صبح تسبیح کر۔

(آل عمران 41)

فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ مِنَ السَّاجِدِينَ ۝

سو تو اپنے رب کی تسبیح حمد کے ساتھ کیے جا اور سجدہ کرنے والوں میں سے ہو۔

(الحجر 98)

فَاضْبِرْ عَلَىٰ مَا يَفْتُلُونُ ۚ وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ قَبْلَ طُلُوعِ الشَّمْسِ وَقَبْلَ  
غُرُوبِهَا ۚ وَمِنْ آتَائِ اللَّيْلِ فَسَبِّحْ وَأَطْرَافَ النَّهَارِ لَعَلَّكَ تَرْضَىٰ ۝

پس میر کر اس پر جو کہتے ہیں اور سورج کے نکلنے اور ڈوبنے سے پہلے اپنے رب کی حمد کے

ساتھ تسبیح بیان کر، اور رات کی کچھ گھڑیوں میں اور دن کے اول اور آخر میں تسبیح کرتا کہ تجھے خوشی حاصل ہو۔

(طہ 130)

فَسُبِّحَانَ اللَّهِ حِينَ تُمْسُونَ وَحِينَ تُصْبِحُونَ ۝  
پھر اللہ کی تسبیح کرو جب تم شام کرو اور جب تم صبح کرو۔

(الروم 17)

إِنَّمَا يُؤْمِنُ بِآيَاتِنَا الَّذِينَ إِذَا ذُكِرُوا بِهَا حُزُّوا وَسَجَدُوا ۝  
رَبِّهِمْ وَهُمْ لَا يَسْتَكْبِرُونَ ۝

بس ہماری آیتوں پر وہ ایمان لاتے ہیں کہ جب انہیں وہ آیتیں یاد دلائی جاتی ہیں تو وہ سجدہ میں گر پڑتے ہیں اور اپنے رب کی حمد کے ساتھ تسبیح بیان کرتے ہیں اور وہ تکبر نہیں کرتے۔

(السجدہ 15)

فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ الْعَظِيمِ ۝  
پس اپنے رب کے نام کی تسبیح کر جو بڑا عظمت والا ہے۔

(الواقعہ 74)

وَإِذْ كُنَّا نَمُرُّ بِكَ يَوْمَ تَبُورُ ۝ وَنُفِثَ دُخَانًا مِّنَ الْبَلَابِلِ فَانْشَدْنَا



وَسَيَقُولُ لَيْسَ عَلَيْنَا لَاحُ

اور اپنے رب کا نام صبح اور شام یاد کیا کریں۔ اور کچھ حضرات میں بھی اس کو  
سجدہ کیجئے اور رات میں دیر تک اس کی تسبیح کیجئے۔

(الانسان / العہد 25: 26)

فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَاسْتَغْفِرْ لَهُ إِنَّهُ كَانَ تَوَّابًا

تو اپنے رب کی حمد کے ساتھ تسبیح کیجئے اور اس سے معافی مانگیے، بے شک  
وہ بڑا توبہ قبول کرنے والا ہے۔

(النصر 3)

سَبِّحْ لِلَّهِ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ

آسمانوں اور زمین میں جو ہیں (سب) اللہ کی تسبیح کر رہے ہیں

وہ زبردست باحکمت ہے۔

(الحمد 1)

☆☆☆☆☆☆

ذکر

## Zikr / Remembrance

أَتْلُ مَا أَوْحَىٰ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَذَكَّرُ  
عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ

جو کتاب تیری طرف وحی کی گئی ہے اسے پڑھا کرو اور نماز کے پابند رہو، بے شک  
نماز بے حیائی اور بری بات سے روکتی ہے، اور اللہ کی یاد بہت بڑی چیز ہے،  
اور اللہ جانتا ہے جو تم کرتے ہو۔

(العنکبوت 45)

پچھلے باب میں ذکر کی تعریف definition بیان کی جا چکی ہے۔ نماز، قرآن، تسبیح  
اللہ کا ذکر ہے لیکن ایک ذکر ایسا ہے جو سب سے بڑا ہے۔ یہ ذکر ایسے اسم کی ہر وقت تکرار  
ہے ایک ایسے نام کو ہر وقت پڑھنا ہے جسے انسان نے نہیں بلکہ اللہ تعالیٰ نے تخلیق کیا  
ہے۔ ذکر آیت کا بھی ہے اور اسماء الحسنیٰ میں سے کسی ایک دو یا تین اور اس سے زیادہ اسماء  
کا بھی ہے۔ زیادہ تر ایک اسم الہی کا ذکر کیا جاتا ہے۔ کچھ لوگ دو اسمائے الہی کو ملا کر اور  
کچھ تین کو ملا کر بھی ذکر کرتے ہیں۔ اپنی اپنی پسند کی بات ہے جو اسم دل کے قریب

آجائے ذکر اسی کا ہے۔ ذکر استاد بھی دیتا ہے اگر استاد نہ ہو تو خود بھی کیا جا سکتا ہے ہرگز کوئی  
رج نہیں۔ ذکر ان گنت ہے۔ اس میں تسبیح نہیں، ورد ہے۔۔۔ اے گناہیں، پڑھا جاتا  
ہے۔۔۔ بے حد حساب پڑھا جاتا ہے۔۔۔

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّيْلَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ  
فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رِثًا مَّا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا  
مِّنْخَلْقِكَ فَقَيْنَا عَذَابَ النَّارِ ۝

وہ جو اللہ کو کھڑے اور بیٹھے اور کھڑے پر لیٹے یاد کرتے ہیں اور آسمان اور زمین کی پیدائش  
میں فکر کرتے ہیں، (کہتے ہیں) اے ہمارے رب تو نے یہ بے فائدہ نہیں بنایا تو سب  
عیبوں سے پاک ہے سو ہمیں دوزخ کے عذاب سے بچا۔

(آل عمران 191)

جو بھی اسم الہی ذکر کیلئے چن لیا جائے اسے ہر وقت ہر حالت میں پڑھنا ہوتا ہے۔ ذکر اللہ  
سے رابطہ کرنے Connect ہونے کیلئے سب سے بڑا راستہ ہے۔ اللہ کا ذکر، اللہ کو یاد  
کرتے کرتے اپنی محدود ہستی limited personality کو فراموش کرنا ہے۔ اس کی  
تکرار سے دل گناہوں کی آلائش سے پاک ہو جاتا ہے۔

پچھلے ادب میں سوچ کی دو اقسام کا ذکر کیا ہے۔ پہلی قسم میں ایک تصویر image کی  
صورت ذہن میں ابھرتی ہے اور اس تصویر image کو جواب دینے کیلئے respond  
کرنے کیلئے سوچ کی دوسری قسم ذہن میں ایک نہ سنائی دینے والی آواز کی صورت ابھرتی  
ہے اسے mind's chatter کہا جاتا ہے۔ ذکر اس آواز mind chatter  
کو آہستہ آہستہ غیر محسوس انداز میں خود سے بدل دیتا ہے۔ replace کر دیتا ہے۔ یہ آواز  
غاموش ہو جائے تو غیر ضروری سوچ کی ساری طاقت ختم ہو جاتی ہے۔

اسے جواب دینے والا respond کرنے والا کوئی نہیں ہوتا تو یہ از خود نکلا ہو جاتی ہے۔  
 تسبیح کی طرح ذکر پر بھی ارتکاز concentration ہرگز نہیں کیا جاسکتا ورنہ نقصان  
 ہو جاتا ہے۔ رجعت پڑتی ہے۔۔۔ ذہن کو، سوچ کو آزاد اور ڈھیلا چھوڑ دینا ہوتا ہے اور  
 بس اللہ کو یاد کرنا ہوتا ہے۔ سوچ کے ساتھ زبردستی نہیں کرنی ہوتی۔ شروع میں ذہن ایسا ہی  
 چٹخاں stubborn ہوتا ہے۔۔۔ سب کا ایسا ہی ہوتا ہے۔۔۔

یہ جو ذکر قلبی اور لسانی، نفی اور قلبی کی اقسام بیان کی جاتی ہیں یہ اصل میں ایک ہی ذکر کی  
 مختلف منازل ہوتی ہیں یہ ذکر کے درجات ہیں۔ ذکر لسانی پہلا درجہ ہے اور قلبی آخری سمجھا  
 جاتا ہے۔ قلبی سے آگے بھی بہت کچھ ہے لیکن وہ تحریر کے احاطہ میں آنے والا نہیں ہے۔  
 لفظ کمزور ہے راز مطلق ہے۔

ذکر کی شروعات طلیٰ ہے۔ درمیانی آہستہ آواز سے کیا جاتا ہے۔ کوئی مخصوص طریقہ نہیں ہے  
 کہ ایسے کرنا ہے یا ویسے کرنا ہے۔ تیز یا آہستہ پڑھنا ہے۔۔۔ اپنی مرضی ہے۔ نفس کا اپنا  
 مزاج ہے اسی مزاج سے شروع کرنا ہوتا ہے۔ تیز پڑھا جائے تو anxiety کی نشانی ہے۔  
 مزاحمت نہیں کر سکتے۔ نفس کی حالت تیز ہے تو تیز ہی پڑھا جائے گا۔

کسی کی آواز درمیانی ہوتی ہے۔ کوئی سرگوشی میں پڑھتا ہے۔ پردہ نہیں کرنی چاہیے بس  
 شروع کر دینا چاہیے۔ فطرت خود بخود سمجھا دیتی ہے۔ اندازے کے طور پر اتنا کافی ہے کہ  
 شروع ہمیشہ تھوڑے سے کرنا ہے۔ کم از کم دس تسبیحات (ایک ہزار بار) صبح اور دس  
 تسبیحات شام ایک اچھا آغاز ہے۔ ابتدا میں تسبیح پر گن کر کرنا چاہیے۔ سب سے اہم کام یہ  
 ہے کہ نفس کو اس کی عادت ہو جائے اندازاً تین ماہ تک تسبیح پر ہی رہنا چاہیے۔ جب صبح کی  
 دس تسبیحات ہو جائیں تو رات کی تسبیحات سے پہلے دن میں چلتے پھرتے کسی بھی وقت بے  
 اندازہ پڑھنا چاہیے۔

شروع میں نفس بہت مزاحمت کرتا ہے۔ بہت بھولتا ہے۔ بھول جائے تو یاد آنے پر وہ بارہ شروع کر دینا چاہیے یہی اللہ کی یاد ہے۔ یہ اچانک نہیں آہستہ آہستہ آتی شروع ہوتی ہے دیر سے دیر سے بڑھتی ہے۔

شروع میں نفس دنوں تک بھولتا ہے پھر ایک دن میں کئی بار کئی کئی گھنٹے بھولتا ہے۔ پھر گھنٹے میں کئی کئی منٹ بھولنے پر آتا ہے اور آخر کار پھر کچھ لمحے رہ جاتے ہیں جب اللہ کی یاد سے نفس غافل ہوتا ہے۔ یہ لمحے بھی جلد یا بدیر اللہ کی محبت میں فنا ہو ہی جاتے ہیں۔

یہ سب ایسے ہوتا ہے جیسے کوئی سائیکل چلانا سیکھے تو شروع میں ہر شے بھول جاتا ہے۔ کبھی پیڈل چلانا بھولتا ہے۔۔۔ پیڈل یاد آ جائے تو۔۔۔ بڑیک لگانا بھول جاتا ہے۔۔۔ کرتا ہے۔۔۔ پھر یاد کرتا ہے۔۔۔ اور آہستہ آہستہ ایک دن وہ بھی آتا ہے کہ انسان بے پردہی سے سائیکل چلاتا جاتا ہے اور ارد گرد کے مناظر میں کھویا ہوتا ہے۔ سائیکل ہی بھول جاتا ہے۔

کمال کی یہ حالت ہو جاتی ہے کہ سائیکل چلا رہا ہوں۔۔۔ سائیکل چل رہا ہے۔۔۔ سب بھول جاتا ہے سب آٹو میٹک ہو جاتا ہے۔ ایسے ہی ذکر ہے شروع میں بہت بھولتا ہے۔ پھر کوئی بھولنا چاہے بھی تو بھلا نہیں سکتا آٹو میٹک ہو جاتا ہے۔ اسے ذکر کا جاری ہو جانا کہتے ہیں۔

پہلے تفصیل سے اس موضوع پر بات ہو چکی ہے کہ ہمارے اذہان segments میں بٹے ہوئے ہیں۔ بچپن سے ہمارے ذہن میں چھوٹے بڑے پروگرامز تکرار repetition سے انشال ہوتے ہیں۔ کسی بھی نئی عادت کو اختیار کرنے کیلئے اس کی تکرار مسلسل لازم ہے۔ جیسے اگر کسی کو بڑے ہو جانے پر کار چلانا سیکھنا ہو تو اسے ای پر کیٹس، محنت اور تکرار repeat کی ضرورت پڑتی ہے جیسے بچپن میں سائیکل چلاتے ہوئے بڑی تھی۔

اللہ نفس کے ریٹرنز patterns کا خالق ہے جانتا ہے کہ اسے کیسے ٹھیک کرنا ہے اس لیے اس نے ذکر chanting کی فضایت بخشی اور اسے خود تک آنے کا رستہ بتایا۔ پہلے بھی لکھا ہے کہ تکرار repetition ذہن کی بہت بڑی کمزوری ہے اللہ نے انسان کی اسی کمزوری کو ذکر سے ملاحظہ کرنے کا رستہ پیدا کیا ہے۔ باقی زندگی کی ہر قسم کی تکرار repetition اپنی انتہا پر کمزوری میں ہے۔

جب سارا دن زبان ذکر کی عادی ہو جائے پھر تسبیح پر ذکر کرنے کی کوئی ضرورت باقی نہیں رہتی۔ اب ان گنت ذکر کا وقت ہے۔ اللہ بے حساب بھی عطا کرتا ہے تو اب انسان اس محبت کے جواب میں اپنے خالق کو بے حساب یاد کرے گا۔ یہ مقام ذکر لسانی ہے۔ جیسے جیسے ذکر کی عادت بڑھتی جاتی ہے۔ ذکر دیکھتا ہے کہ اسے خود بخود ذکر کرنے کا طریقہ اور سلیقہ آتا جا رہا ہے۔ اب بلند آواز سرگوشی میں بدل جاتی ہے پھر سرگوشی بھی ختم ہو جاتی ہے اب صرف ہونٹ ملتے ہیں اور زبان ملتی ہے۔ اسے کہتے ہیں کہ ذکر پکایا جا رہا ہے۔۔۔۔۔

یہاں تک مشقت ہے، کوشش ہے effort ہے۔ خود پڑھنا ہوتا ہے۔ شعوری کوشش conscious struggle ہوتی ہے۔ زور لگتا ہے ذہن تھکتا بھی ہے۔ مگر چونکہ عادت بن چکی ہوتی ہے اس لیے پڑھتا رہتا ہے۔ جب پڑھتے ہوئے کافی عرصہ گزر جائے تو آہستہ آہستہ ذکر کا طریقہ بدلنے لگتا ہے۔

ذکر پڑھتے پڑھتے انسان سو جائے اور اچانک آنکھ کھلے تو اسے احساس ہوتا ہے کہ وہ ذکر کر رہا تھا۔ استعداد بڑھنے لگتی ہے۔ کوئی بھی کام کرتے ہوئے کسی کی بات سنتے ہوئے اچانک احساس ہوتا ہے ذکر ہو رہا ہے۔ اب مخفی شروع ہوتا ہے۔ یہ دوسری منزل second stage ہے۔

ذکر کرتے کرتے ایک دن اچانک یہ احساس ہوتا ہے کہ ہونٹ بند بھی ہوں تو بھی زبان سے ذکر جاری ہے۔ یہ بڑی ترقی promotion ہوتی ہے۔ اب بہت بڑی سہولت luxury مل جاتی ہے۔ اب شعوری کوشش سے بڑھ کر بات رسائی کو پہنچے لگتی ہے۔ نفی سیکھنے کا طریقہ صرف جلی کرنا ہے۔ براہ راست جو لوگ دوسری منزل سے شروع کرتے ہیں وہ بہت جلد حق کراکتا کر ذکر چھوڑ دیتے ہیں۔

نفی ذکر شروع ہو بھی جائے تو پورا نفی ایک دم نہیں ملتا۔ پہلے پہل بھی ہونٹ ملے لگتے ہیں کبھی بند ہو جاتے ہیں۔۔۔ ایسے کافی مدت چلتا ہے پھر زبان بھی رک جاتی ہے۔ اب نفی قائم ہوتا ہے۔ اب ذہن میں ذکر شروع ہو جاتا ہے۔ اب شعوری کوشش سے مکمل نجات ملتی ہے۔۔۔ ذکر نفی کا چل جانا۔۔۔ حیران کر دینے والا تجربہ ہوتا ہے۔

اب آپ ذکر کر نہیں رہے ہوتے۔۔۔ بلکہ سن رہے ہوتے ہیں۔ آپ کی وہ آواز جس سے آپ اپنے خیالوں سے بات کرتے ہیں وہ ذکر کرنے لگتی ہے۔ اب مشقت ختم ہو جاتی ہے۔ اب شعوری کوشش کا عمل دخل ختم ہو جاتا ہے۔ اب ہر وقت ذہن کے سنٹر میں ذکر سنائی دیتا ہے۔ یہ وہ آواز ہوتی ہے جس کا ارتعاش vibration کوئی نہیں ہے صرف سماعت ہے۔۔۔ آپ اور صرف آپ ہی اسے سن سکتے ہیں۔۔۔

یہ بہت بڑی بخشش ہے greatest luxury ہے۔ سوتے جاگتے، کھاتے پیتے، سنتے بولتے ہر وقت۔۔۔ جتنی کہ سوچتے ہوئے بھی ذکر ہو رہا ہوتا ہے۔۔۔ اب یاد کرنا پڑ نہیں رہا ہوتا۔۔۔ اب یاد آ رہی ہوتی ہے۔۔۔ یہاں ایک مدت، جتنی بھی خدا کی مرضی ہو۔۔۔ گزرتی ہے پھر ذکر قلبی کا آغاز ہوتا ہے۔۔۔ یہ وہ ذکر قلبی نہیں ہے جیسا کہ عام طور پر روحانیت کے نام نہاد ٹھیکیدار بتاتے ہیں کہ قلب پر توجہ کرو کہ اللہ اللہ کہہ رہا ہے اور یوں آہستہ آہستہ دل کی ہر دھڑکن سے اللہ اللہ کی صدا آنے لگے گی۔

یہ ارٹیکلز کا جھوٹ فریب ہے۔ یہ کوئی قلب کا جاری ہونا نہیں ہے۔۔۔ اصل ذکر قلبی کی کیا ہی شان ہے۔ کچھ بہت زیادہ پڑھنے والے کہتے ہیں کہ جب ذکر نفی لگا رہا ہے تو آہستہ آہستہ وہ اسم جو ذکر کیلئے پڑھا جا رہا ہے اس کی وہ آواز جو اندر سنائی دے رہی ہوتی ہے وہ بھی ختم ہونے لگتی ہے اور ایک لنشیں ساز میں بدلنے لگتی ہے۔۔۔ اسے چھپا ہٹ کی آواز humming sound بھی کہا جاتا ہے۔

کسی سرلی چیز یا کے چھپا ہٹ کی دور سے آتی ہوئی مدھر آواز جو انسان کو بے خود کرے لگتی ہے۔ اب ہر وقت بس یہی چھپا ہٹ humming سنائی دیتی رہتی ہے۔ یہ آواز پورے وجود میں سنائی دیتی ہے۔ یہاں تک کہ آہستہ آہستہ پورا وجود ہی یہ مدھر آواز بن جاتا ہے۔ یہ قلبی ہے۔۔۔ واللہ اعلم۔ اللہ جو چاہے بندے کو عطا فرمائے۔ وہ بادشاہوں کا بادشاہ ہے۔۔۔

انسان کو چاہیے کہ اس قسم کے ہر لالچ سے خود کو پاک رکھے اور اللہ کو صرف اور صرف اخلاص سے یاد کرتا رہے۔۔۔ جلی، لسانی، نفی اور قلبی کے چکروں میں ہرگز نہ پڑے ان کے بارے میں یہاں بیان کا مقصد صرف اور صرف علم حاصل کرنا ہے۔

جب ذکر لسانی شروع کیا جائے اور عادت بن رہی ہو تو اس دوران یہ کوشش بھی کرنا چاہیے کہ دن میں ایک سے دو بار تنہائی میں بیٹھ کر ذکر کرنا چاہیے۔ تقریباً ایک سے دو گھنٹے تو ضرور کرنا چاہیے۔ یہ ہرگز کوئی مشق نہیں اور نہ ہی اس میں ذکر پر فوس کرنا ہے۔ اس کا مقصد صرف اس نفس کی مزاحمت اور سرکشی کے زور کو حقیقت اور تجربے experience کی نظر سے دیکھنا ہے۔ کسی نے نفس کی سرکشی کی مہیب طاقت دیکھنی ہو تو تنہائی میں خود کو لے کر بیٹھ جائے اور اللہ کے ذکر میں لگ جائے۔ آنے دے جو بھی سوچ آتی ہے۔۔۔ ہرگز سوچ کو مت روکے۔۔۔ بس ذکر کرتا رہے۔۔۔ وہ خوب دیکھ لے گا کہ اس کا نفس



اللہ کا کتنا بڑا دشمن ہے۔ اگر ایک گھنٹہ ذکر کرنے کا ارادہ کیا ہے تو نفس ایک گھنٹے میں زندگی دو بھر کر دیتا ہے۔۔۔ اپنی بے چینی اور ڈپریشن کو دیکھنے کا اس سے اچھا موقع اور کوئی نہیں۔ نفس جسم کو ستائے گا irritate کرے گا۔ درد، بے چینی،، غارش، گھبراہٹ اور نہانے کیسے کیسے احساسات اور جذبات پیدا کرے گا۔ کبھی اسے بھوک لگے گی، کبھی پیشاب پاخانہ آئے گا اور کبھی کوئی بہت ضروری کام یاد آئے گا۔۔۔ اور کچھ نہ کرے گا تو سر ٹھہرا کر ادھر ادھر دیکھنا شروع کر دے گا۔ اس مقام پر انسان دیکھے گا کہ اس کے اور جانور کے نفس میں کس قسم کی حیران کن مشابہت ہے۔۔۔ اس دوران شیطان نفس کے ساتھ مل بے پناہ طاقتور حملے کرے گا۔۔۔ بیٹھے رہیں۔۔۔ جہاد نفس کا میدان گرم ہے۔۔۔ اپنے دشمن کی کھلی اوقات کو اپنی آنکھوں سے دیکھ لیں۔۔۔ تاکہ کوئی غلط فہمی باقی نہ رہے۔۔۔ صرف آئیڈیا ہے کہ تین ماہ صبح شام کم از کم ایک ایک گھنٹہ اگر تنہائی میں ذکر کیا جائے تو بے حد فائدہ ہوتا ہے۔ باقی یہ ہرگز ضروری نہیں۔ اگر طبیعت نہ مانے تو نہ کریں۔۔۔ بس زبان سے پڑھتے رہیں۔۔۔ بیٹھنا ضروری نہیں ہے۔۔۔ ہرگز ضروری نہیں۔۔۔ یہ صرف ایک تجربہ کے طور پر ذاتی آئیڈیا دیا ہے۔۔۔

جب ذکر پر زبان اچھی طرح قائم ہونے لگے تو ایک اور ٹیکنیک technique بھی نہایت عمدہ ہے۔ اپنی سوچوں کو ذکر پر قربان کرنا شروع کریں۔ مثال کے طور پر نفس کوئی فلم دیکھنے کی سوچ پیدا کرتا ہے تو اس سوچ کو۔۔۔ ذکر پر قربان کریں sacrifice کریں۔۔۔ اسی طرح تمام غیر ضروری، گمراہ کرنے والی، بے ہودہ اور لغو سوچوں کو ذکر پر قربان کرنے کی عادت بنالیں۔ حیرت انگیز سرعت سے نتائج ملنے لگیں گے۔ پھر آہستہ آہستہ بات اس مصرعے کے مصداق ہو جائے گی۔۔۔

مسکین جہاں کی ساری خوشیاں۔۔۔ تیرے نام پہ لٹا دوں

ذکر کے بارے میں ایک ایسا سوال ہے جس کا جواب کہیں نہیں ملتا وہ یہ کہ ذکر کرتا کیا جائے کہ منزل نظر آنے لگے؟ ذکر کے اثرات، فضائل اور نتائج کتنی دیر میں سامنے آتے ہیں؟ ظاہر فریم کتنا ہوتا ہے؟ راز سے پردہ اٹھاتے ہیں۔۔۔ واضح ہو کہ اب جو بھی بیان کیا جائے گا اس پر یقین کرنے، اندازہ قائم کرنے کی ہرگز کوشش نہیں کرنی چاہیے۔ ذکر اللہ کا ہے۔۔۔ اسی کیلئے ہے۔۔۔ وہی دینے والا ہے۔۔۔ اس کی مرضی ہے جب جی چاہے گی کو رسائی سے نوازدے۔۔۔ وہ دلوں کے حال جانتا ہے۔۔۔ اسے سب پتا ہے کہ کون کب، کیا اور کتنا دینا ہے۔۔۔ ذکر کسی طلب، لالچ میں نہیں کرنا ہوتا تو اللہ کی محبت میں، اسے یاد کرنا ہوتا ہے۔۔۔ ہر حال کچھ نہ کچھ سراغ لگا ہے سو لکھ دیا ہے۔ ضروری نہیں کہ عقل کے پیمانے پر یہ مفہم پورا اترے لیکن چونکہ یہ کتاب اپنی اصل میں خواص elites کیلئے لکھی ہے اس لیے اتنا ضرور ہے کہ جو کانسیپٹ concept ذکر کا اب بیان کیا جانے لگا ہے وہ مشتق اور محبت کے معیار پر ضرور مفہم پورا اترتا ہے۔۔۔

اصل میں یہ سارا کانسیپٹ concept ایک سنگ میل milestone بنانے کیلئے ہے تاکہ نفس اپنے تجسس suspense کی فطرت کے ہاتھوں مجبور ہو کر یہاں تک پہنچنے کی اور اس چوٹی کو سر کرنے کی ٹھان لے اور ہمت باندھ لے ورنہ یہ بھی ہرگز کوئی اصول نہیں ہے۔۔۔ سب سے پہلے تو یہ ضروری ہے کہ نفس کو ذہنی طور پر اس بات پر تیار کیا جائے کہ اسے کس قدر ذکر کرنا ہے؟ ہمارے نفوس ہمیشہ ہدف رکھنے والے target oriented افعال پر کام کرنا پسند کرتے ہیں اس لیے اگر کوئی ذکر سے اللہ رب العزت تک رسائی چاہتا ہے تو اسے چاہیے کہ آگے لکھے گئے گونہا بہت غور سے سمجھ لے۔

تقریباً دس ہزار بار ذکر کو شروع میں تسبیح پر لے لیا جائے تو تسبیحات بنتی ہیں۔ اس لحاظ سے اگر تو ایک اسم ہے تو ایک تسبیح تقریباً دو منٹ میں با آسانی ہو سکتی ہے اور ایک گھنٹے

میں تین تہیات ہو جائیں گی یعنی ایک گھنٹے میں تین ہزار بار اسم پاک کا ذکر کیا جاسکتا ہے۔ کل ملا کر تین سے چار گھنٹوں کی محنت ہے۔ اب بغیر تسبیح کے دن میں کوئی بھی وقت تین چار گھنٹے اللہ کی محبت میں نکالیں اور تین ماہ مسلسل ایسا ہی کر لیں تو پوری امید ہے کہ نفس پابندی کی گھٹن سے آزاد ہو کر انشاء اللہ ذکر کو ایک مستقل اختیاری عادت کی طرح اپنالے گا۔ تین مہینے زیادہ سے زیادہ وقت ہے۔ یوں تو عادت بہت سے لوگوں میں ڈیڑھ ماہ کے دوران بھی پیدا ہو جاتی ہے۔ اگر پیدا ہو جائے تب بھی اس کے قیام کیلئے مزید ایک ڈیڑھ ماہ ایسا ہی معمول جاری رکھنا چاہیے۔

اب یہ بڑھے گا۔۔۔ وہ ایسے کہ جب ذہن اسے دہرانے repeat کرنے کا عادی ہو جائے گا تو نیند کے دوران بھی ذکر کرے گا یوں یہ دس ہزار سے بڑھ کر انشاء اللہ چودہ یا پندرہ اور پھر زیادہ سے زیادہ ہوتا چلا جائے گا۔ تین سے چار ماہ کے بعد ذکر بھول جانے کی عادت تقریباً ختم ہو جاتی ہے۔ لیکن محنت اور مشقت بہر حال موجود رہتی ہے۔ یہ کتنی دیر تک رہتی ہے، اس کا اصل جواب پھر وہی ہے کہ سب کچھ اللہ پر منحصر ہے۔ پھر بھی ایک اندازہ دیا جا رہا ہے تا کہ ذہن میں ایک منزل قائم ہو جائے target بن جائے کہ لوگوں کی بہت بڑی تعداد علم نہ ہونے کی وجہ سے ذکر کرتے کرتے تھک کر آخراے ترک کر دیتی ہے۔۔۔

مثال کے طور پر (یا رحیم) کا ذکر کیا جا رہا ہے۔ اب جو شخص یا رحیم کا ذکر شروع کرتا ہے اسے اندازہ نہیں ہوتا کہ اللہ کی سلطنت اور اس کا جاہ و جلال، اس کی محبت کہاں تک پھیلے ہوئے ہیں۔ اسی دوران اس دنیا میں بہت سے مردان خدا ہوں گے جو یا رحیم کا ذکر کر رہے ہوں گے۔۔۔ اب وہ شخص جس نے (یا رحیم) شروع کیا ہے وہ اس گروپ اس کمیونٹی community کا حصہ بن گیا جو ساری دنیا میں پھیلی ہوئی ہے اور یا رحیم کے



ذکر میں ہر لحظہ مصروف عمل ہے۔ اکثر لوگ ذکر کی عظمت Greatness نہیں جانتے کہ جیسے دنیا میں ہر لمحہ اذان گونج رہی ہے۔۔۔ جیسے ہر ساعت سجدہ ہو رہا ہے، رکوع، قیام ہو رہے ہیں۔ جیسے ہر وقت قرآن کی تلاوت جاری و ساری ہے اسی طرح اللہ کے اسمِ احسنی کا ذکر، اللہ کی آیات کا ذکر اور حضور اکرم پر درود پاک ہر لمحہ جاری ہے۔۔۔ یہ کبھی بند نہیں ہوتا۔۔۔ زمین آسمان اللہ کے ہیں۔۔۔ اس کے نام کی گونج سے زیر زمین و آسمان یہ کائنات کبھی کسی لمحے خالی نہیں رہی۔۔۔

اب جو مردانِ کار یا رحیم کے ورد میں مصروف ہیں ان کے حساب سے پڑھنا ہوتا ہے۔۔۔ اس کا اندازہ لگانے کا طریقہ چونکہ کوئی نہیں۔۔۔ اللہ کے بندوں کی ہمت بے پناہ ہوتی ہے۔۔۔ پڑھنے پر آتے ہیں تو اس قدر دل و جان اور استقلال سے پڑھتے ہیں کہ ملائکہ بھی رشک کرتے ہوں گے۔۔۔

بہر حال ایک مقدار معین کر لی جائے تو سمجھنے میں قدرے آسانی بھی ہو جاتی ہے اور ذہن کیلئے ایک ٹارگٹ بھی بن جاتا ہے۔ یا رحیم کے چھ حروف ہیں۔ (ی ا ر ح ی م)۔ اس حساب سے کم از کم بھی چھ کروڑ بار تو اس اسم کو لازمی پڑھ لینا چاہیے تا کہ پڑھنے والا۔۔۔ پڑھنے والوں کی کسی گنتی میں تو آجائے۔۔۔

اب دس ہزار بار روزانہ اگر پڑھا جائے تو ایک مہینے کا تین لاکھ بار ذکر ممکن ہوتا دکھائی دیتا ہے۔ ایک سال کا چھتیس لاکھ بار پڑھا جائے تو پندرہ سے سولہ سال میں یہ تعداد پوری ہوتی نظر آتی ہے۔۔۔

اب اس میں غیبی امداد ملنے کا بھی بہت زیادہ امکان ہوتا ہے۔ عادت بن جانے کے بعد چونکہ اسم ایک ہے اس لیے اس کی تکرار دن رات ہونے لگتی ہے۔ اسی دورانِ خفی شروع ہو جاتا ہے اور repetition بہت بڑھ جاتی ہے۔ پھر استعداد بڑھتی ہے۔۔۔ اللہ

سوالش دیتا ہے۔۔۔ ذکر کو قبول فرماتا ہے تو سوتے جاگتے میں ایک اسم کی دوسو سے تین سو تسبیحات بھی کوئی اتنی بڑی بات نہیں رہ جاتی۔۔۔ پڑھنے والے تقریباً بیس ہزار بار سے بھی زیادہ ایک اسم الہی کو آرام سے روزانہ پڑھ لیتے ہیں۔ یوں یہ پندرہ سولہ سال کا سفر سات سال تک پہنچتا ہے اور اگر غینہ کے دوران ہونے والا ذکر بھی اس میں شامل ہو جائے تو تین سے چار سال کی ساری بات ہے۔

کسی نہ کسی طور یہ یقین سے چار سال اللہ اپنی رحمت سے قبول فرمائے تو ہر شے بدل جاتی ہے۔ مشاہدہ observation کرنے کی ضرورت ہی نہیں پڑتی اور نہ ہی کسی ارتکاز concentration کے جہنم سے جلتے ہوئے گزرنا پڑتا ہے۔ یہ سب سے آسان رستہ ہے۔ تھوڑا طویل ضرور ہے مگر سب سے دیر پا اور زبردست نتائج والا ہے۔ جس میں ہمت ہے، جس میں اللہ کو پانے کی طلب بے قراری کی انتہاؤں کو چھو رہی ہے وہ سیدھا ذکر شروع کرے اور پھر اسے اپنی انتہا پر پہنچا دے۔۔۔ بس اتنا سارستہ ہے۔۔۔

جب ذکر مریاں محمد بخش کے اس شعر پر پورا اتر جائے تو بات بن جاتی ہے۔۔۔

گل وچ پھل پھل وچ داکھت کے ذکر میں کچھ مدد ملانی

ہمت ہل محمد بخش، آیا مکھن جانی۔۔۔

باقی ساری پیچیدگیاں complications ہم جیسے ست الوجود کامل اور دنیا داری کے جنہال میں سرتا پیر الجھے لوگوں کیلئے ہیں۔ اگر کوئی ذکر میں خود کو قفا کر دے۔۔۔ مٹا ڈالے۔۔۔ تو اسے اور کچھ نہیں چاہیے۔۔۔ نہ کوئی مشاہدہ نہ کوئی مراقبہ۔۔۔ وہ اللہ کا ہو جائے گا اور اللہ اس کا ہو جائے گا۔۔۔ انشاء اللہ۔۔۔ لیکن یہ کوئی فارمولہ نہیں ہے۔۔۔ ذکر کا دل اگر اخلاص سے تہی دامن ہو تو اس قدر سخت مجاہدے سے بھی کچھ حاصل نہیں ہو پائے گا۔۔۔ ذکر کے ساتھ ساتھ نفس کا تزکیہ اور اخلاص لازم ہے۔۔۔

ہر حال میں لازم ہے۔ اس تعداد کو بیان کرنے کا مقصد ان لوگوں کے علم میں اضافہ کرنا ہے جو تھوڑا سا ذکر کر لینے کے بعد حیران ہونے لگتے ہیں کہ اثرات دکھائی نہیں دے رہے اور تھک ہار کر آگیا کر ذکر چھوڑ دیتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہیں کہ اتنا پڑھنے کے بعد ہی کچھ حاصل ہوتا ہے۔ جن کی فطرت سنجیدہ ہوتی ہے وہ تھوڑا سا پڑھتے ہی بلند یوں کو دیکھنے لگتے ہیں۔ کچھ ایسے ہوتے ہیں جن کے مزاج کے سختی بہت زیادہ ذکر سے آہستہ آہستہ اصلاح کو مائل ہوتی ہے۔ یہ تو اپنے اپنے نصیب کی بات ہے بس اتنا چاہنا ہوتا ہے کہ اللہ کو سب سے زیادہ یاد کرو کرنا ہوتا ہے۔

اللہ کی تلاش کے سفر میں یہ وہ مقام ہے جہاں انسان جب پہنچتا ہے تو اسے دور سے آگے جاتے ہوئے دکھائی دیتے ہیں۔ یہ وہ مقام ہے جہاں تک آنے کا واحد ذریعہ صرف اور صرف عقل ہے لیکن عقل یہاں تک پہنچتی ہے تو حیران، پریشان اور بے بس ہو جاتی ہے۔۔۔ اس مقام پر عقل کا سب سے دشوار اور سخت امتحان لگتا ہے۔۔۔ عقل کی فطرت ہے کہ صاف، سیدھا اور آسان رستہ چھوڑ کر ہر قسم کی پیچیدگی complication میں الجھتا چاہتی ہے۔

یہاں سے نکلنے والا پہلا رستہ عقل کو ہے intellect کا ہے۔ عقل دلائل دیتی ہے، قائل کرتی ہے، شک کرتی ہے، خوف کھاتی اور اندیشے پالتی ہے۔۔۔ اگر اتنا پڑھنے کے باوجود اللہ نہ ملا تو کیا ہوگا؟ عقل ہمیشہ اللہ کو ثبوت evidence کی مدد سے ڈھونڈتے ہی رہنا چاہتی ہے۔ عقل کسی جذبے پر اعتبار کرنے کو تیار نہیں ہوتی۔۔۔

دوسرا رستہ محبت کا ہے۔۔۔ یہاں محبت کا عقل سے ٹکراؤ ہو جاتا ہے۔۔۔ محبت کہتی ہے کہ اپنے رب پر اعتبار کر کے اپنا معاملہ اسے سونپ دے۔۔۔ یہ بڑی کشمکش والا مقام ہے۔ انسان چونکہ یہاں تک پہنچنے پہنچنے اعلیٰ شعور کا مالک بن چکا ہوتا ہے اس لیے خوب

جانتا ہے کہ روحانیت کے رستے پر اسے اور جو چاہے مل جائے خدا تک رسائی محال ہے۔۔۔ لیکن دوسرے رستے کو دیکھ کر اسے خوف آتا ہے۔۔۔

یہ رستہ انہماک ہے unknown ہے۔۔۔ یہ ایک ایسا رستہ ہے جو اپنی اصل میں کوئی رستہ نہیں ہے۔۔۔ یہ pathless path ہے۔۔۔ اس پر سفر کرنے کا مطلب ماسوا unknown کو جانا ہے۔۔۔ اور ماسوا سے نفس و ہشت کھاتا ہے۔۔۔

یہ وہ مقام ہے جہاں اللہ اور رسول کی محبت کے سوا اور کوئی نہ تو مددگار ہے اور نہ ہی پار لگانے والا ہے۔ یہ استاد کا کام نہیں ہے۔ استاد رہنمائی کرتا ہے۔۔۔ لیکن یہاں سے خود گزرنا ہے۔ نیت اگر خالص ہو اللہ مہربان ہو تو یہ وقت سا لک تک ضرور آتا ہے کہ اسے اللہ کی محبت میں اس ماسوا unknown میں کود جانا ہوتا ہے۔۔۔ عقل یہاں تک لاتی ضرور ہے مگر اس سے آگے عقل نہیں محبت رہنما ہے۔۔۔

بے خطر کو بڑا آتش فسرود میں عشق

عقل ہے جو قسا سائے لب بام ابھی

عقل اور علم پر اب محبت کا رنگ غالب آ جاتا ہے۔۔۔ وہی عقل جو اللہ کو علم کی مدد سے تلاش کر رہی تھی اب محبت کی شمع فروزاں کئے تلاش خدا کے سفر میں آگے بڑھتی ہے۔۔۔ اب ساری زندگی اللہ کو ہر لمحہ یاد کرنا ہے۔۔۔ بغیر کسی طلب، لالچ کے بس اس کی محبت میں اسے یاد کرنا ہے۔۔۔

جیسے کوئی بچہ بہت چھوٹی عمر میں اپنے باپ سے بچھڑ گیا ہو اور بڑا ہو جانے پر اسے باپ کا چہرہ یاد نہ آتا ہو بس اتنا پتا ہو کہ اس کا باپ یہیں کہیں اسی دنیا میں موجود ہے۔۔۔ وہ بچہ اسی احساس کے سہارے اپنے باپ کو یاد کرتا ہو۔۔۔ ایسے ہی انسان کا خدا سے یہاں رشتہ بنتا ہے۔۔۔ انسان کو احساس ہو جاتا ہے کہ اس کا رب ہر جگہ موجود ہے صرف اسے

انسان کھو گیا ہے اور اسے مرنے سے پہلے اپنے اصل تک، اپنے ماخذ اپنے origin تک پر حال میں پہنچنا ہے۔۔۔

قَالَا أَفَمَنْ يَمُنُّ بِمَا نَكْفُرُ خَيْرٌ مِّمَّنْ يَمُنُّ بِاللَّهِ الْغَنِيِّ وَاللَّهُ غَنِيٌّ ذُو الْفَضْلِ  
فَمَنْ الثَّانِي مَنِ يَقُولُ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا وَمَا لَهُ فِي الْآخِرَةِ مِنْ خَلَاقٍ  
پھر جب حج کے ارکان ادا کر چکے تو اللہ کو یاد کرو جیسے تم اپنے باپ دادا کو یاد کیا کرتے تھے یا  
اس سے بھی بڑھ کر یاد کرنا، پھر بعض تو یہ کہتے ہیں اے ہمارے رب ہمیں دنیا میں دے، اور  
ان کے لیے آخرت میں کوئی حصہ نہیں ہے۔

(الفقر، 2000)

یہ بات ٹپے ہے It is bound to be happen کہ جب کوئی اللہ کی یاد اس کی محبت کے راستے پر قدم رکھ دیتا ہے۔۔۔ حاضر ہو جاتا ہے تو۔۔۔ اکیلا کر دیا جاتا ہے۔۔۔ یہ ہر اس شخص کے ساتھ ہوتا ہے ہر صورت ہوتا ہے جو خلوص دل سے اللہ کی تلاش میں نکلتا ہے۔۔۔۔

سامنے کی بات ہے دنیا کا سارا ستم وحو کے فریب کی بنیاد پر چل رہا ہے۔ یہ شخص بھی اللہ کی طلب پیدا ہونے سے پہلے اس دنیاوی ستم کا ایک حصہ تھا۔ اب یہ جھوٹ نہیں بول سکتا، وحو کہ نہیں دے سکتا۔ مکاری چال بازی سے تائب ہے۔۔۔ اب اسے عالی شان مکانات، بڑی گاڑیاں، کروڑوں اربوں کا بینک بیلنس نہیں چاہیے۔۔۔ اسے اللہ چاہیے۔۔۔ نتیجہ اس کا یہ نکلا ہے کہ دنیا اس شخص سے پیچھے بننے لگتی ہے۔۔۔ بیزار ہونے لگتی ہے۔۔۔ خائف ہو جاتی ہے۔۔۔ سارے اپنے اسے چھوڑنے لگتے ہیں۔۔۔ یہ۔۔۔



جانبہ اور روشن مستقبل۔۔۔ دنیا سے متعلقہ ہر آرائش میں اسے آزمائش کا سامنا کرنا پڑ جاتا ہے۔۔۔ یہ بے حد تکلیف دہ عمل ہے۔۔۔

پہلے اسے تنہا چھوڑا جاتا ہے۔۔۔ اور پھر بھڑایا جاتا ہے۔۔۔ نظر انداز کر دیا جاتا ہے۔۔۔ بے پناہ تکلیف دہ ہونے کے باوجود یہ سارا پروسیس انتہائی ضروری ہے۔۔۔ یہ سارا عمل انسان کو جگانے کیلئے ہے awakening کیلئے ہے۔۔۔

الَّذِينَ يَجْعَلُونَ مَعَ اللَّهِ إِلَٰهًا آخَرَ فَسَوْفَ يَعْلَمُونَ ۝ وَلَقَدْ تَعَلَّمَ  
أَنَّكَ يَٰحُيُّ صَدْرُكَ يَمْنًا يَقُولُونَ ۝ فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ  
مِنَ السَّاجِدِينَ ۝ وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّىٰ يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ ۝

اور جو اللہ کے ساتھ دوسرا خدا مقرر کرتے ہیں سو غور کر لیں گے۔ اور ہم جانتے ہیں کہ تیرا دل ان باتوں سے تنگ ہوتا ہے جو وہ کہتے ہیں۔ سو تو اپنے رب کی تسبیح حمد کے ساتھ کیے جا اور سجدہ کرنے والوں میں سے ہو۔ اور اپنے رب کی عبادت کرتے رہو یہاں تک کہ تمہیں موت آجائے۔

(الحجر 96-99)

یہ حقیقت اور دھوکے کے درمیان اس پردے کا اٹھ جانا ہے جس کے آنکھوں پر پڑا رہنے سے آدمی دنیا داری میں اللہ سے غافل ہو کر مست رہتا ہے۔ اب بس یہ بے نام و نشان pathless path باقی رہ جاتا ہے۔ اللہ کی یاد رہ جاتی ہے اور ایک مٹا ہوا سا انسان رہ جاتا ہے۔۔۔

یہ ایسی صحرا آفریں داستان ہے کہ جو اسے جانتے ہیں بس وہی اسے جانتے ہیں۔۔۔ یہ وہ حقیقتِ مختصر ہے جو کبھی لباسِ مجاز میں نہیں آتی اور نہ ہی کسی غیر پر یہ حقیقت کھلتی ہے۔۔۔ یہ بھید اس پر کھلے گا جو اللہ کو اپنا سب کچھ مان لے گا۔۔۔ یہ وہ مقام معرفت و محبت

الہی ہے کہ جو اس تک نہیں پہنچتے انہیں اس کا کوئی حال معلوم نہیں اور جو پہنچ جاتے ہیں وہ بتانے کیلئے کبھی لوٹ کر نہیں آتے۔۔۔

یہاں زبان بندی ایسی سخت ہے کہ پوری جان کا زور لگا کر بھی کوئی بتانا چاہے تو ایک لفظ نہیں بتا سکتا کیونکہ لفظ صرف مادے کو بیان کر سکتا ہے غیر مادی دنیا جو اس سے پرے ہے۔۔۔ یہ مقام عقل و دانش کی پہنچ سے دور ہے۔ عقل یہاں تک لا سکتی ہے بے شک لا سکتی ہے۔۔۔ صرف عقل و شعور سے ہی اس مقام تک رسائی ہے لیکن اس مقام سے آگے عقل نہیں جا سکتی۔ یہاں عقل اپنی انتہا پر جا کر پہنچتی ہے۔۔۔ اس سے آگے علم کے نہیں محبت کے قدم جاتے ہیں۔۔۔

آگے آگے جھومتا جاتا ہے وہ محشر حشرام  
پچھے پچھے نقش پا کو چومتا جاتا ہوں میں

ذکر اپنی ساری زندگی اللہ کی محبت میں دان کر دینے کا نام ہے۔۔۔ اس حجر بیکراں کی موجوں کے حوالے جب خود کو کر دیا جاتا ہے سوائے اللہ کے اور جب کچھ باقی نہیں رہتا تب پردہ اٹھتا ہے۔۔۔ یہاں تو ذکر قلبی تک ہی معلوم ہے جو قبول کر لے جاتے ہیں وہ ہی جاننے ہوں گے کہ آگے اور کیا کیا ہے۔۔۔

حضورؐ نے اس راہ پر چلنے والوں کو بشارت تو دی ہے اب اگر پھر بھی کسی کو چلنے جاہل ہے تو کیا کہئے۔۔۔ ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ نے بیان کیا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ جس نے میرے کسی ولی سے دشمنی کی اسے میری طرف سے اعلان جنگ ہے اور میرا بندہ جن جن عبادتوں سے میرا قرب حاصل کرتا ہے اور کوئی عبادت مجھ کو اس سے زیادہ پسند نہیں ہے جو میں نے اس پر فرض کی ہے اور میرا بندہ فرض ادا کرنے کے بعد نفل عبادتیں کر کے مجھ سے اتنا نزدیک ہو جاتا ہے کہ میں اس سے

محبت کرنے لگ جاتا ہوں۔ پھر جب میں اس سے محبت کرنے لگ جاتا ہوں تو میں اس کا  
 کان بن جاتا ہوں جس سے وہ سنتا ہے، اس کی آنکھ بن جاتا ہوں جس سے وہ دیکھتا ہے،  
 اس کا ہاتھ بن جاتا ہوں جس سے وہ پکڑتا ہے، اس کا پاؤں بن جاتا ہوں جس سے وہ چلتا  
 ہے اور اگر وہ مجھ سے مانگتا ہے تو میں اسے دیتا ہوں۔ اگر وہ کسی دشمن یا شیطان سے میری  
 پناہ مانگتا ہے تو میں اسے محفوظ رکھتا ہوں اور میں جو کام کرنا چاہتا ہوں اس میں مجھے اتنا تردد  
 نہیں ہوتا جتنا کہ مجھے اپنے مومن بندے کی جان نکالنے میں ہوتا ہے۔ وہ تو موت کو بوجہ  
 تکلیف جسمانی کے پسند نہیں کرتا اور مجھ کو بھی اسے تکلیف دینا برا لگتا ہے۔

(صحیح بخاری، کتاب الرقاق، باب التواضع، نمبر 6502)

بات ساری محبت کی ہے۔ جسے اللہ سے ایک بار محبت ہو جائے اسے کبھی دنیا کی کسی بھی شے  
 سے ایسی محبت نہیں ہو سکتی جیسی وہ اللہ سے کرتا ہے۔ ہر منزل عقل سے سر ہوتی ہے۔ عقل  
 کے بغیر کوئی زندگی نہیں مگر اللہ کی یاد اس کی محبت سے ہی ممکن ہے۔۔۔ عقل ذکر تک لے آتی  
 ہے تھوڑا بہت ذکر کروا بھی لیتی ہے۔۔۔ مگر ذکر کی انتہا صرف اور صرف محبت الہی سے ہی  
 ممکن ہے۔

عقل کو آستان سے دور نہیں

اس کی تقدیر میں حضور نہیں

دل مٹا بھی کر خدا سے طلب

آنکھ کا نور دل کا نور نہیں

علم میں بھی سرور ہے لیکن

یہ وہ جنت ہے جس میں حور نہیں

جو ذکر کو بے حد و حساب کر دے وہ جواں مرد ہے۔۔۔ ذکر کرنے والوں کے جسم سے

خوشبو آنے لگتی ہے۔۔۔ اللہ کہتا ہے کہ ان کی جلدیں نرم silky ہو جاتی ہیں۔۔۔

اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْكِتَابِ عَلَيْكَ كِتَابًا مَّتَشَافِهًا مَثَانِي تَقْصِيحُهُ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَى ذِكْرِ اللَّهِ ذَلِكَ هُدًى مِنَ اللَّهِ لِقَوْمٍ هَادٍ ۝

اللہ تعالیٰ بہترین کتاب باہم ملتی جلتی ہے (اس کی آیات) درہم درہم اللہ ہی نے بہترین کلام نازل کیا ہے یعنی کتاب باہم ملتی جلتی ہے (اس کی آیات) درہم درہم جاتی ہیں جس سے خدا ترس لوگوں کے روگئے کھڑے ہو جاتے ہیں، پھر ان کی کھالیں نرم ہو جاتی ہیں اور دل یا دماغ کی طرف راغب ہوتے ہیں، یہی اللہ کی ہدایت ہے اس کے ذریعے سے جسے چاہے راہ پر لے آتا ہے، اور جسے اللہ گمراہ کر دے اسے راہ پر لانے والا کوئی نہیں۔

(الزمر 23)

ذکر جب ہر شے سے زیادہ ہو جائے اور بلندی پر برقرار رہے تب بات بنتی ہے۔۔۔ یہ کام بڑی ہمت سے کرنے والا ہے اس کا اجر اللہ تعالیٰ بذات خود ہے۔۔۔ ذکر سے آگے صرف اللہ ہے۔۔۔

وَادْكُرْ اسْمَ رَبِّكَ وَتَبْتَئِلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلًا ۝

اور اپنے رب کا نام لیا کرو اور سب سے الگ ہو کر اسی کی طرف آ جاؤ۔

(المزمل 8)

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے، کہا: رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم مکہ کے ایک راستے پر چلے جا رہے تھے کہ آپ کا ایک پہاڑ کے قریب سے گزر ہوا جس کو جہد ان کہا جاتا ہے، آپ نے فرمایا: ”چلتے رہو، یہ جہد ان ہے۔ مفردون (لوگوں سے الگ ہو کر تھا ہو جانے والے) بازی لے گئے۔“ لوگوں نے پوچھا: اللہ کے رسول! مفردون

سے کیا مراد ہے؟ فرمایا: کثرت سے اللہ کو یاد کرنے والے (مرد) اور اللہ کو یاد کرنے والی (عورتیں)۔ (صحیح مسلم 6808)

ذکر ان شایینوں کیلئے ہے جو بازی جیت لینا چاہتے ہیں۔۔۔ وہ جو خودی کے اس ظلم ہوشربا کو اللہ کے نام سے توڑ ڈالنے کی بیکراں ہمت رکھنے والے ہیں۔۔۔ یہ بازی خوش نصیبوں کی ہے۔۔۔ اسے خوش نصیب ہی جیت سکتے ہیں۔۔۔ اللہ اس کتاب کے پڑھنے والے اور لکھنے والے کو یہ عظیم خوش نصیبی عطا فرمائے کہ اس کے بغیر ساری زندگی کا یہ سفر رائیگاں ہی تو ہے۔۔۔ (ایس۔ یا۔ س)

حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا: اللہ کا ذکر اتنی کثرت سے کرو کہ لوگ تم کو دیوانہ کہیں۔

(ابن حبان، الصحیح، 3: 99، رقم 817)

ہم جیسے عام لوگ جو اس قدر ہمت اور طاقت خود میں نہیں پاتے انہیں چاہیے کہ مشاہدہ حق observation کے ساتھ تسبیحات اور ذکر جاری کریں۔ مشاہدہ سے جو انرژی حاصل ہو اسے ذکر میں لگائیں۔ اللہ برکت عطا فرمائے۔۔۔

اس کے علاوہ ذکر کے جتنے بھی طریقے بتائے جاتے ہیں جن میں دھیان، تصور اور ارتکاز شامل ہوتا ہے ان سے کوسوں دور بچ کر رہنا ہی عقلمندی ہے۔

فَاذْكُرُونِي اَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ ۝

میں مجھے یاد کرو میں تمہیں یاد کروں گا اور میرا شکر کرو اور ناشکری نہ کرو۔

(البقرہ 152)

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ  
اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۝

وہ لوگ جو ایمان لائے اور ان کے دلوں کو اللہ کی یاد سے تسکین ہوتی ہے  
خبردار! اللہ کی یاد ہی سے دل تسکین پاتے ہیں۔

(الرعد 28)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ۝  
اے ایمان والو! اللہ کو بہت یاد کرو۔

(الاحزاب 41)

وَمَنْ يُعْرِضْ عَنْ ذِكْرِ رَبِّهِ يَسْلُكْهُ عَذَابًا صَعَدًا ۝  
اور جس نے اپنے رب کی یاد سے منہ موڑا تو  
وہ اسے سخت عذاب میں ڈالے گا۔

(الحج 17)

وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا  
لِدُنُوبِهِمْ وَمِنْ تَغْفِرِ الدُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ وَلَمْ يُعِزُّوا عَلَى مَا فَعَلُوا  
وَهُمْ يَعْلَمُونَ ۝

اور وہ لوگ جب کوئی گناہ کر بیٹھیں یا اپنے حق میں ظلم کریں تو اللہ کو یاد کرتے ہیں اور  
اپنے گناہوں سے بخشش مانگتے ہیں، اور سوائے اللہ کے اور کون گناہ بخشنے والا ہے،

اور اپنے کیے پر واپس آئے نہیں اور وہ جانتے ہیں۔

(آل عمران 135)

رَجَالٌ لَا تُلْهِهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَإِقَامِ الصَّلَاةِ وَإِيتَاءِ  
الزَّكَاةِ يَخَافُونَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَالْأَبْصَارُ ۝

ایسے آدمی جنہیں سوداگری اور خرید و فروخت اللہ کے ذکر اور نماز کے پڑھنے اور زکوٰۃ

دینے سے غافل نہیں کرتی، اس دن سے ڈرتے ہیں جس میں

دل اور آنکھیں الٹ جائیں گی۔

(النور 37)

وَمَنْ يَغْلِبْ عَنْ ذِكْرِ الرَّحْمَنِ نُقْطِضْ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ ۝

اور جو اللہ کی یاد سے غافل ہوتا ہے تو ہم اس پر ایک شیطان متعین کرتے ہیں

پھر وہ اس کا ساتھی رہتا ہے۔

(الزخرف 36)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُلْهِكُمْ أَمْوَالُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ

اللَّهِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ ۝

اے ایمان والو! تمہیں تمہارے مال اور تمہاری اولاد اللہ کے ذکر سے غافل نہ کر دیں،

اور جو کوئی ایسا کرے گا سو وہی نقصان اٹھانے والے ہیں۔

(المنفقون 9)

إِنَّ الَّذِينَ عِنْدَ رَبِّكَ لَا يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِهِ  
وَيَسْجُدُونَ لَهُ وَلَهُ يَسْجُدُونَ ۝

بے شک جو تیرے رب کے پاس ہیں وہ اس کی بندگی سے تکبر نہیں کرتے اور اس کی  
پاک ذات کو یاد کرتے ہیں اور اسی کو سجدہ کرتے ہیں۔  
(الاعراف 206)

أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ صَنَعَ لِلْإِسْلَامِ قَهْرًا عَلَى نُورٍ مِّن رَّبِّهِ فَقَوْلٌ تَلْقَائِيَّةٌ  
قُلُوبُهُمْ مِّن ذِكْرِ اللَّهِ أَوَّلِيكَ فِي حَلَالٍ مُّبِينٍ ۝

بھلا جس کا سینہ اللہ نے دین اسلام کے لیے کھول دیا ہے سو وہ اپنے رب کی طرف سے روشنی  
میں ہے، سو جن لوگوں کے دل اللہ کے ذکر سے متاثر نہیں ہوتے ان کے لیے  
بڑی خرابی ہے، یہ لوگ کھلی گمراہی میں ہیں۔

(الزمر 22)

إِنَّ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَالْقَائِلِينَ  
وَالْقَائِلَاتِ وَالصَّادِقِينَ وَالصَّادِقَاتِ وَالصَّابِرِينَ وَالصَّابِرَاتِ  
وَالْحَاشِعِينَ وَالْحَاشِعَاتِ وَالْمُتَصَدِّقِينَ وَالْمُتَصَدِّقَاتِ وَالصَّالِحِينَ  
وَالصَّالِحَاتِ وَالْحَافِظِينَ فُرُوجَهُمْ وَالْحَافِظَاتِ وَالذَّاكِرِينَ اللَّهَ كَثِيرًا  
وَالذَّاكِرَاتِ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا ۝

بے شک اللہ نے مسلمان مردوں اور مسلمان عورتوں اور ایمان دار مردوں اور ایمان دار  
عورتوں اور فرما نیک دار مردوں اور فرما نیک دار عورتوں اور سچے مردوں اور سچی عورتوں اور صبر



کرنے والے مردوں اور صبر کرنے والی عورتوں اور عاجزی کرنے والے مردوں اور  
عاجزی کرنے والی عورتوں اور خیرات کرنے والے مردوں اور خیرات کرنے والی  
عورتوں اور روزہ دار مردوں اور روزہ دار عورتوں اور پاک دامن مردوں اور پاک  
دامن عورتوں اور اللہ کو بہت یاد کرنے والے مردوں اور بہت یاد کرنے والی  
عورتوں کے لیے بخشش اور بڑا اجر تیار کیا ہے۔

(الاحزاب 35)

وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ  
يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمًى ۝

اور جو میرے ذکر سے منہ پھیرے گا تو اس کی زندگی بھی تنگ ہوگی  
اور اسے قیامت کے دن اندھا کر کے اٹھائیں گے۔

(طہ 124)

☆☆☆☆☆☆

## اللہ کی پہچان

### Understanding of Allah

وجود خدا existence of god اس کائنات کی سب سے بڑی حقیقت ہے جو ایک ہی وقت میں عیاں بھی ہے اور اسی قدر پر اسراریت کے دھندلکوں میں چھپی بھی ہوتی ہے۔ ہر شے کا اپنے رب سے رشتہ خالق اور مخلوق کا ہے۔ انسان اپنے خالق کو روز ازل سے جاننے کی کوشش کر رہا ہے مگر محدود علم کی وجہ سے کبھی بھی مکمل طور پر اس سوال کا جواب نہیں جان پایا کہ اس کا رب آخر کون ہے؟ کیا ہے؟

خدا کی پہچان انسان میں دو طرح سے قائم ہے ایک باطنی ہے اور دوسری خارجی۔ خود اپنے اندر اور باہری دنیا میں اسے ہر لمحہ یہ احساس رہتا ہے کہ کوئی ایسی برتر و بالا ہستی موجود ہے جو اسے تخلیق کر کے اس جہان میں بھیج کر آزمائشی ہے test کر رہی ہے۔ باطنی دنیا میں وجدان سے اور خارجی دنیا میں علم کی رو سے یہ احساس انسان میں پیدا ہوتا ہے کہ وہ خود پیدا نہیں ہوا بلکہ اسے کسی نے بنایا ہے۔۔۔ پہلے انسان کے باطن میں خدا کی پہچان پر بات کرتے ہیں۔ نفس اللہ کو پہچانتا ہے۔۔۔ مکمل تو نہیں لیکن روح کی موجودگی سے نفس کو ہر لمحہ خدا کا احساس رہتا ہے۔

اس کی ایک وجہ یہ ہے جو اللہ نے تمام انسانوں کی روحوں سے لیا۔ جب پوچھا  
 "ہاں برکھم (کیا مجھے جانتے ہو؟)" جواب دیا "قالو ہلی (اے ہمارے رب کیوں  
 نہیں)"۔۔۔

روح کی جسم کے ہجرے میں ایک قیدی کی حیثیت سے موجودگی نفس کیلئے ہر لمحہ خطرے کا  
 اعلان ہے۔ نفس انسان چونکہ صرف اسی دنیا میں رہنے کو، جینے کو ترجیح دیتا ہے اس لیے یہ  
 روح سے خائف ہے۔ ایک نیا م میں دو تلواریں کیسے روہ سکتی ہیں؟ ہر ساعت نفس کی یہ  
 کوشش ہے کہ روح کو دبائے رکھے۔۔۔ اسے الجھن میں ڈال کر رکھے۔

یہ نفس کا اندرونی ڈھانچہ core structure ہے۔ نفس بنائی اللہ سے دہنی کیلئے ہے۔  
 یہ جیوٹا ساری زندگی انسان کو اس دھوکے میں رکھتا ہے کہ وہ مظلوم ہے۔۔۔ یہ بھی روح کو  
 اپنے چنگل سے آزاد نہیں ہونے دیتا۔

نفس کو جتنا خوف باہری، جسمانی موت سے ہوتا ہے اس سے کہیں زیادہ خوفزدہ یہ اندر کی  
 موت سے ہوتا ہے۔ روح کی آزادی نفس کی موت ہے۔ یہ تو وجدان سے intuition  
 سے انسان کو احساس ہے کہ کوئی خالق ہے۔ باہر کی دنیا سے یہ احساس انسان کو کیسے ہوا کہ  
 اسے کسی نے پیدا کیا ہے؟ ہر بات اس دنیا میں انسان کو بذات خود اللہ تبارک و تعالیٰ نے  
 بتائی ہے۔ اگر اللہ کتابیں آسمان سے نہ بھیجتا تو انسان میں اتنی عقل کہاں تھی کہ باطن کے  
 اس وجدان کو خدا کا نام بھی دے سکتا۔

اس پر بات کرنے سے پہلے ذرا ایک نظر یہ بھی دیکھ لینا چاہیے کہ ہم اس وقت کس خدا کی  
 بات کر رہے ہیں؟ کیونکہ اگر خدا کے تصور کو جاننے کی کوشش کی جائے تو اس بات میں  
 کوئی شک نہیں کہ ہزاروں لاکھوں کتابیں بھی لکھ ڈالی جائیں تو تصور خدا کا موضوع بھی  
 مکمل نہیں ہو سکتا۔

ہمارا مقصد چونکہ صرف اسی کتاب کے موضوع پر رہتے ہوئے بات کرنا ہے اس لیے ہم واضح ہو کر ہم یہاں صرف اللہ کی بات کر رہے ہیں جو ایک ہے اس کا کوئی شریک نہیں۔ ہم نے اسی کے پاس لوٹ کر جانا ہے اسی نے ہمیں یہاں بھیجا ہے۔ یہ مسلمانوں کا تصور خدا ہے۔ یہ میرے آپ کے ہم سب کے خدا کا تصور ہے۔

بے شک رب کا ایک ہی ہے مگر چونکہ دیگر مذاہب دوسرے مختلف تصورات میں الجھے ہوئے ہیں اس لیے ہم یہاں صرف اللہ کے تصور پر بات کریں گے۔ ہر انسان کے خیال میں ایک رب ہے۔ یہی اس کے رب کا تصور ہے اسی سے وہ دعا مانگتا ہے۔ اس سے باتیں کرتا ہے۔ اسی کے سامنے چیخ چلاتا ہے۔ اسی کی عبادت کرتا ہے۔ ذہن کے اس تصور کے علاوہ انسان کے پاس اپنے رب کی اور کوئی پہچان نہیں ہے۔ یہ تصور، یہ image بے چہرہ ہے اس کے کوئی خدو خال نہیں ہیں۔۔۔

This image is imageless.

تصور میں وجود خدا کا کوئی عکس اس لیے نہیں ہے کہ نفس کے پاس خدا کے خدو خال کا کوئی ڈیٹا موجود نہیں ہے جتنا بھی ڈیٹا ہے وہ قرآن اور احادیث سے آیا ہے۔ ذہن کبھی کسی ایسی شے کا خاکہ نہیں بنا سکتا جسے اس نے پہلے دیکھا نہ ہو۔۔۔

اللہ نفس انسانی میں موجود اپنے اسی تصور کے بارے میں، اسی رب کے بارے میں سورہ الانعام میں فرماتا ہے۔

يَدْبِقُ السَّحَابَ وَابْوَالْأَرْضِ أَتَى يَكُونُ لَهُ وَلَدٌ وَلَمْ تَكُنْ لَهُ صَاحِبَةً  
وَخَلَقَ كُلَّ شَيْءٍ وَهُوَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ ۝ ذَلِكُمُ اللَّهُ رَبُّكُمْ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ  
عَالِي كُلِّ شَيْءٍ ۝ فَاغْبُذُوا لَهُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ وَكِيلٌ ۝  
لَا تُدْرِكُهُ الْأَبْصَارُ وَهُوَ يُدْرِكُ الْأَبْصَارَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ ۝

آسمانوں اور زمین کو از سر نو پیدا کرنے والا ہے۔ اس کا جینا کیونکر ہو سکتا ہے حالانکہ اس کی کوئی بیوی نہیں، اور اس نے ہر چیز کو بنایا ہے، اور وہ ہر چیز کو جاننے والا ہے۔ یہی اللہ تمہارا رب ہے، اس کے سوا اور کوئی معبود نہیں، ہر چیز کا پیدا کرنے والا ہے پس اسی کی عبادت کرو، اور وہ ہر چیز کا کارساز ہے۔ اسے آنکھیں نہیں دیکھ سکتیں اور وہ آنکھوں کو دیکھ سکتا ہے، اور وہ نہایت باریک بین خبردار ہے۔

(الانعام 101-103)

غور کریں کہ اللہ کیا کہہ رہا ہے۔ اللہ کو سب پتا ہے۔۔۔ وہ جانتا ہے کہ اس کے بندے کے خیالوں کا ایک رب ہے جسے وہ پوجتا ہے۔ اللہ کانپٹ concept کلیئر کر رہا ہے۔۔۔ علم دے رہا ہے۔۔۔ وہ کہہ رہا ہے کہ مثنیٰ طرح کے آسمانوں اور زمین کا بنانے والا میں ہوں یہ آسمان اور زمین میں نے بنائے ہیں۔ یہ وہ دعویٰ ہے جو روئے زمین پر اس پوری کائنات میں آج تک کسی کو کرنے کی ہمت نہیں ہوئی۔ اللہ ہی یہ دعویٰ کر سکتا ہے۔ آگے وہ کہتا ہے کہ میں نے ہر چیز پیدا کی ہے خَلَقْتُ كُلَّ شَيْءٍ کا دعویٰ سوائے اللہ رب العزت کے اور کون کر سکتا ہے؟ اب یہ طاقت کی انتہا ہے۔ دنیا میں اس کائنات میں کوئی نہیں جو سب کچھ جانتا ہو۔ اللہ کہتا ہے کہ میرے بند و غور کرو کہ میں نے چونکہ ہر شے بنائی ہے اسی لیے یہ بات حق ہے کہ مجھے ہر شے کا علم ہے۔

اب آگے بڑا راز کہہ دیا۔ فرمایا ”یہی اللہ (تمہارا رب) ہے“ اللہ کہتا ہے کہ اپنا کانپٹ سیدھا کرو اپنے خیال کے رب کو میری (اللہ) کی ذات سے جوڑو۔ کس قدر زبردست علم سے اللہ انسان کو سکھا رہا ہے۔۔۔ اسے اپنی پہچان تک لا رہا ہے۔۔۔ اللہ سب سے بڑا عالم ہے۔۔۔ علم اللہ کا ہے۔۔۔ اللہ بے شک جو چاہے کرتا ہے لیکن وہ جو بھی کرتا ہے علم سے کرتا ہے۔ اللہ کی شان نہیں کہ بغیر دلیل کے کچھ بھی کر دے۔۔۔

یہ بڑا کانسیٹ concept ہے۔۔۔ اللہ کو جاننے میں اللہ کے تصور کو پہنچانے Mature کرنے میں یہ بہت ضروری ہے۔

وَمَا خَلَقْنَا السَّمَاءَ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا إِلَّا عِبْرَةً لِّذُنَا ۚ  
تَتَذَكَّرَ لَهُمْ ۚ لَا تَخْلُقْنَا مِّنْ لَّدُنَّا ۚ إِن كُنَّا فَاعِلِينَ ۝

اور ہم نے آسمان اور زمین کو اور جو کچھ ان کے بیچ میں ہے کھینچے ہوئے نہیں بنایا۔  
اور اگر ہم کھیل ہی بنانا چاہتے تو اپنے پاس کی چیزوں کو بناتے  
اگر ہمیں یہی کرنا ہوتا۔

(الانبیاء 16-17)

ایک عام آدمی کا خدا کا تصور شروع میں نا پختہ immature ہوتا ہے۔ وہ اللہ کو مانتا ہے  
لیکن اللہ کو جانتا نہیں ہے اور اللہ کا اصول rule ہے کہ اسے صرف علم سے جانا جاسکتا ہے۔  
اللہ کی پہچان اللہ کے بارے میں بڑھتا ہوا علم ہے۔ یہ معرفت ہے۔ اللہ کے بارے میں  
جاننا، مزید جاننا اور جانتے ہی جانا اپنی اصل میں اللہ کو دیکھنا ہے۔۔۔

”اللہ کو جاننا ہی اس کو دیکھنا ہے“

أَمَّنْ هُوَ قَانِثٌ آلَاءَ اللَّيْلِ سَاجِدًا وَقَلَّ مِمَّا يَخْلُدُ الْآخِرَةُ وَيَرْجُوا رَحْمَةً  
رَّبِّهِ قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ ۚ إِنَّمَا  
يَتَذَكَّرُ أُولُو الْأَلْبَابِ ۝

(کیا کافر بہتر ہے) یا وہ جو رات کے اوقات میں سجدہ اور قیام کی حالت میں عبادت کر رہا  
ہو آخرت سے ڈر رہا ہو اور اپنے رب کی رحمت کی امید کر رہا ہو، کہہ دو کیا علم والے اور بے علم  
برابر ہو سکتے ہیں، سمجھتے وہی ہیں جو عقل والے ہیں۔

(الزمر 9)

جو شخص بھی اللہ کو جاننے کی آرزو رکھتا ہے اسے علم حاصل کرنا ہے کیونکہ علم سارا اللہ کا ہے۔  
 جتنا علم حاصل کرتا جائے گا اللہ کا تصور پختہ ہوتا چلا جائے گا۔ کانپس concepts  
 بہت بڑی دیوار کی طرح ہوتے ہیں۔۔۔ جو انسان اپنے پرانے اور جاہلانہ تصورات سے  
 دستبردار نہیں ہو سکتا، اپنے ارد گرد کھڑی یہ دیواریں تو نہیں سکتا، اپنے اندر موجود علم پر  
 شک نہیں کر سکتا اسے کبھی علم عطا نہیں ہوتا۔۔۔ یہ تو عقل کے رک جانے کی نشاندہی ہے  
 کہ انسان یہ سمجھ لے کہ وہ سب جانتا ہے۔۔۔ اگر وہ سب جانتا ہے تو اس کی تو تکمیل ہو گئی  
 اب اللہ سے کیا مانگے گا؟

اسی لیے کہا جاتا ہے ”الایمان بین الخوف والرجاء“ ایمان خوف اور امید کے درمیان  
 ہے۔ ہر وقت یہ دھڑکا لگا رہے کہ مجھے کچھ نہیں پتا کہ میں ٹھیک ہوں یا غلط۔۔۔ اسی میں  
 ایمان قائم ہے۔ جو یہ مان بیٹھے کہ میں بالکل ہی غلط ہوں، میرا کچھ بھی ٹھیک نہیں۔۔۔ وہ  
 بھی گیا۔۔۔ اور جو یہ سمجھ بیٹھے کہ میں بالکل ٹھیک ہوں مجھ میں سرے سے غلطی ہے ہی نہیں  
 ، میں سب کچھ جان گیا ہوں۔۔۔ وہ بھی مارا گیا۔۔۔

علم حاصل کرنے میں تکلیف بہت ہوتی ہے۔۔۔ نفس مزاحمت کرتا ہے resist کرتا  
 ہے۔۔۔ اس لیے عام طور پر لوگ اس سے گھبراتے ہیں اور کہتے ہیں کہ ہم مسلمان ہیں  
 اللہ، اس کے رسولوں، قرآن سمیت دیگر الہامی کتابوں اور آخرت کو مانتے ہیں۔ نمازیں  
 پڑھتے ہیں قرآن کی تلاوت کرتے ہیں۔ روزے بھی رکھتے ہیں۔ زکوٰۃ بھی دیتے ہیں اور  
 حج عمرہ بھی کرتے ہیں۔ تصور ابہت اللہ کو یاد بھی کرتے ہیں۔ اب دنیا داری بھی کرتی ہے سارا  
 وقت اللہ کو یاد کرتے رہیں گے تو یہی بچوں کو کون پالے گا۔ بات ٹھیک ہے مگر ہے تو  
 شخص ایک بہانہ ہی۔۔۔ سوچنا چاہیے کہ اللہ کے دوستوں کے یہی بچوں ماں باپ کو کون  
 پالتا ہے؟

اعتدال کی حالت تک تو بات ٹھیک ہے مگر یہ کیا ہے کہ لمبے لمبے منصوبے endless  
plannings اس دنیا کی زندگی میں کر کے انسان اپنے دل کو زنگ لگا لے۔۔۔ اللہ اس  
اس بارے میں کیا کہہ رہا ہے۔

الَّا تَرَىٰٓ رُءُوسَ رِقَاقٍ فِي الْاٰخِرٰی ۝ وَاَنْ لِّیْسَ لِلْاِنْسَانِ اِلَّا مَآ سَعٰی ۝ وَاَنْ سَعٰیہٗ  
سَوْفَ یُرٰی ۝ ثُمَّ یُخْرٰٓجُہٗ الْخِزَّآءُ الْاَوَّلٰی ۝ وَاَنْ لِّی رَّبِّکَ الْمُسْتَعٰی ۝ وَاَنْہٗ هُوَ  
اَخْلَقَکَ وَابْنٰی ۝ وَاَنْہٗ هُوَ اَمَاتٌ وَّاَحْیَا ۝ وَاَنْہٗ خَلَقَ الرُّوْحَ فِی الدُّکْرِ  
وَالْاَوَّلٰی ۝ مِنْ تُطْفِئُوْا اِذَا تُنْمٰی ۝ وَاَنْ عَلَیْہِ الشُّفَاةُ الْاٰخِرٰی ۝ وَاَنْہٗ هُوَ اَعْلٰی  
وَاَقْلٰی ۝ وَاَنْہٗ هُوَ رَبُّ الشَّعْرِ ۝ وَاَنْہٗ اَخْلَقَ عَادًا الْاَوَّلٰی ۝ وَثَمُوْدَ فِی الْاَوَّلٰی  
۝ وَاقْتَرَفَ نُوْحٌ مِنْ قَبْلُ ۝ اِنَّہُمْ کَانُوْا هُمْ اَظْلَمَ وَاَعْلٰی ۝ وَاَلْمُؤْتَفِکَہٗ  
اٰخُوْی ۝ فَغَشَّآہَا مَا غَشٰی ۝ فَبَاٰی اِلَآءِ رَبِّکَ تَحَارٰی ۝ هٰذَا نَذِیْرٌ مِّنَ النَّذِیْرِ  
الْاَوَّلٰی ۝ اَرٰی قِبَ الْاَرِثَہٗ ۝ لَیْسَ لَهَا مِنْ حُوْنِ اللّٰہِ کَاشِفَہٗ ۝ اَفَمِنْ ہٰذَا  
الْمُحْدِثِیْنَ یُفْجَبُوْنَ ۝ وَتَضَعُکُوْنَ وَلَا تَبْکُوْنَ ۝ وَاَنْتُمْ سَابِقُوْنَ  
فَاعْبُدُوْا اللّٰہَ وَاعْبُدُوْا ۝

وہ یہ کہ کوئی کسی کا پوچھ نہیں اٹھائے گا۔ اور یہ کہ انسان کو وہی ملتا ہے جو کرتا ہے۔ اور یہ  
کہ اس کی کوشش جلد دیکھی جائے گی۔ پھر اسے پورا بدلہ دیا جائے گا۔ اور یہ کہ سب کو  
آپ کے رب ہی کی طرف پہنچنا ہے۔ اور یہ کہ وہی ہنساتا ہے اور دلاتا ہے۔ اور یہ کہ وہی  
مارتا ہے اور زندہ کرتا ہے۔ اور یہ کہ اسی نے جوڑا اور مادہ کا پیدا کیا ہے۔ ایک پوند سے  
جب کہ وہ ٹپکائی جائے۔ اور یہ کہ دوسری بار زندہ کر کے اٹھانا اسی کے ذمہ ہے۔ اور یہ کہ  
وہی فنی اور سرسبز دار کرتا ہے۔ اور یہ کہ وہی شعری کا رب ہے۔ اور یہ کہ اسی نے عا  
اولیٰ کو ہلاک کیا تھا۔ اور ثمود کو، پس اسے باقی نہ چھوڑا۔ اور اس سے پہلے نوح کی قوم کو،



ہے شک وہ زیادہ ظالم اور زیادہ سرکش تھے۔ اور انہی بستی کو اس نے دے چکا۔ پس اس پر وہ  
(جانی) چھا گئی جو چھا گئی۔ پس اپنے رب کی کون کون سی نعمت میں تو شک کرے گا۔ یہ  
بھی ایک ڈرانے والا ہے پہلے ڈرانے والوں میں سے۔ آنے والی قریب  
آ چکی۔ سوائے اللہ کے اسے کوئی ہٹانے والا نہیں۔ پس کیا اس بات سے  
تم تعجب کرتے ہو؟ اور ہنستے ہو اور رو جتے نہیں۔ اور تم کھیل رہے ہو۔  
پس اللہ کے آگے سجدہ کرو اور اس کی عبادت کرو۔

(النجم 38-62)

زندگی بہت بڑی اور عظیم ترین نعمت ہے اسے سیریس لینا ہی پڑے گا۔ تھوڑے بہت سے  
گزارا ہونے والا نہیں ہے۔ اللہ کا طرز کلام ان آیات میں اس قدر جاہ و جلال پر ہے کہ  
انسان کا دل کانپ جاتا ہے۔

کہیں ایسا تو نہیں کہ ہم لوگ اپنی زندگیوں میں اللہ کو نظر انداز کر رہے ہیں  
underestimate کر رہے ہیں اور اپنی تمام تر کوششوں کا رخ حیات الدنیا کے  
صول کی جانب موڑے ہوئے ہیں؟

اَلَمْۤ اَحْسِبِ النَّاسَ اَنْ يُّشْرَكُوْا اَنْ يَقُوْلُوْا اٰمٰنًا وَهُمْ لَا يُفْقَهُوْنَ  
وَلَقَدْ فَتَنَّا الَّذِيْنَ مِنْ قَبْلِهِمْ فَلَيَعْلَمَنَّ اللّٰهُ الَّذِيْنَ صَدَقُوْا وَلَيَعْلَمَنَّ  
الْكَافِرِيْنَ ۝ اَلَمْۤ اَحْسِبِ الَّذِيْنَ يَتَّخِذُوْنَ السَّيِّئَاتِ اَنْ يُّسَبِّحُوْا ثَمًا مَّا  
يَتَّخِذُوْنَ ۝

الہم۔ کیا لوگ خیال کرتے ہیں یہ کہنے سے کہ ہم ایمان لائے ہیں چھوڑ دیے جائیں گے  
اور ان کی آزمائش نہیں کی جائے گی۔ اور جو لوگ ان سے پہلے گزر چکے ہیں  
ہم نے انہیں بھی آزمایا تھا، سو اللہ انہیں ضرور معلوم کرے گا

جو سچے ہیں اور ان کو بھی جو چھوٹے ہیں۔ کیا وہ لوگ جو برے کام کرتے ہیں  
یہ سمجھتے ہیں کہ ہمارے قابو سے نکل جائیں گے؟  
برا ہے جو فیصلہ کرتے ہیں۔

(اعلیٰ کتبوت 4:1)

جیسے جیسے انسان اللہ کو جانتا جاتا ہے ویسے ویسے وہ اسے پہچانتا جاتا ہے۔ جب نفس کو اللہ  
کے ناقص تصور سے نجات ملتی ہے تو تصور خدا پختہ mature ہونے لگتا ہے۔ یہ ناظم نفس  
کیلئے آپ حیات کا اثر رکھتا ہے۔ خدا کا خوف جو پہلے خلش guilt کی صورت اسے بے  
چین رکھتا تھا اب اس خوف سے بدل جاتا ہے کہیں خدا مجھ سے محبت کرنا نہ چھوڑ دے کہیں  
میں اپنے رب سے دور نہ ہو جاؤں۔

اب نفس خود کو اللہ کے سامنے مجرم نہیں بلکہ دوست خیال کرنے لگتا ہے۔ اس احساس کے  
پیدا ہوتے ہی اس میں اطمینان و سکون کی لہریں دوڑ جاتی ہیں۔ اب وہ گناہ کر کے اسے  
چھپانے کی بجائے اسے دبانے یا نظر انداز کرنے کی بجائے اللہ کے سامنے آکر گناہ کا  
اعتراف کرنے کی confess کرنے کی ہمت اپنے اندر پاتا ہے۔ اب وہ اس گناہ پر اللہ  
کے سامنے ناوم ہو کر توبہ کرتا ہے اور اللہ اپنی رحمت اور بخشش سے اس کی نفسیات میں سے  
اس گناہ کو دور کر دیتا ہے۔

یہ اس محبت کا اور اس تعلق کا relation کا۔۔۔ جو بندے اور خدا کے درمیان ہے آناز  
ہے۔ اب اسے احساس ہونے لگتا ہے کہ اللہ سے محبت کرنے والے اس کے دوست  
ہیں اور اللہ سے فرار رکھنے والے اللہ سے بیزار ہونے والے اس کے دشمن ہیں۔ تصور خدا  
درحقی کو مائل ہوتے ہی زاویہ نظر perception مکمل بدل جاتا ہے۔ پھر یہ مقام بھی آتا  
ہے کہ وہ نفس جو موت سے بدلتا تھا اب اس کو اللہ سے ملاقات کا واحد ذریعہ سمجھتا ہے۔

اللہ ہمیں ہر مقام پر رہنے دے

خوف اب بھی اسے موت سے ہوتا ہے لیکن یہ اب دہشت کی نہیں بلکہ نگہبانی کی حالت پر آجاتا ہے۔ اس کے اندر ایک نیا احساس جنم لیتا ہے اسے موت کے بعد کی دنیا کا راز فرت کا جس بیدار ہوتا ہے۔ یہ بہت بڑی پروگریس ہے۔

یہ بہت بڑی کامیابی achievement ہے۔ اب نفس کی ساری دلچسپیوں کا مرکز یہ دنیا نہیں بلکہ آخرت ہو جاتی ہے۔ اس مقام پر نفس کو یہ ادراک ہوتا ہے کہ یہ زندگی کس قدر مختصر ہے اور وہ کتنی بھیا تک غلامی اور گمراہی کی دلدل میں دھنسا ہوا تھا۔ یہ نجات freedom کی ابتدائی علامات symptoms ہیں۔۔۔

نفس کی یہ وہ حالتیں ہیں وہ نشانیاں ہیں کہ تلاش خدا کے رستے میں سنگ میل milestones کی طرح نصب ہیں۔۔۔ کوئی مسافر جب بھی گزرا تو خوب دیکھ لے گا اور جان لے گا کہ سفر کی کس منزل تک آ پہنچا ہے۔۔۔

اب نفس خدا کی محبت گرفتار ہونا شروع ہوتا ہے۔۔۔ رفتہ رفتہ بڑھتی شناسائی کا یہ وقت عظیم الشان ہوتا ہے جب خوف سے ہچکچایا ہوا، زما نے کی ٹھوکروں کا مارا ہوا، خدا کے ناقص تصور کو اپنے ذہن میں لیے گھبرایا ہوا مگر مشتاق انسان اپنے رب کے دربار میں اذین بازیابی کا شرف پاتا ہے۔۔۔

ایک ایک قدم بڑھتے ہوئے اس انسان پر انکشاف ہوتا ہے کہ وہ خود نہیں پہنچا بلکہ وہ تو محبت الہی سے پہنچا یا گیا ہے۔ اسے لگ رہا تھا کہ وہ اللہ کو تلاش کر رہا ہے مگر اب اسے خبر ہوتی ہے کہ اللہ بھی اسے تلاش کر رہا تھا۔۔۔

What you seek is...seeking you!

(Rumi)

فہم چاہتا ہے کہ اس کا بندہ اس تک آ پہنچے بس سوال کرنے کی دیر ہے۔ ایک ہارول سے

کہنے کی دیر ہے کہ اے میرے رب تو مجھے مل جا۔۔۔ ساری خدائی اس انسان کی مدد کو ملتی ہے۔۔۔ اللہ کا پورا ستم حرکت میں آ جاتا ہے۔۔۔ ورنہ بندے کی کیا مجال ہے کہ رب سے پا جائے۔ سب کچھ اللہ کرتا ہے۔ بس انسان کو اپنے نفس کو پاک کرنا ہے اللہ کو یاد کرنا ہے۔ بندہ اللہ تک نہیں جاتا اللہ بندے تک آتا ہے۔ یہاں اب نفس کو بشارت ملتی ہے۔

قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ آمَنُوا عَلَي أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ ۝

کہہ دو اے میرے بندو جنہوں نے اپنی جانوں پر ظلم کیا ہے اللہ کی رحمت سے ہامی نہ ہو، بے شک اللہ سب گناہ بخش دے گا، بے شک وہ بخشنے والا رحم والا ہے۔

(الزمر 53)

قرآن کو دل کی آنکھ سے اگر پڑھا جائے تو صاف نظر آتا ہے کہ اللہ کا سخت لہجہ صرف کافروں، منافقوں، مشرکوں، اللہ اور اللہ کے رسول کا مذاق اڑانے والوں اور اللہ کو بھول کر دنیا میں مگن ہو جانے والوں کیلئے ہے۔

إِغْلَبُوا أَنْفُسَكُمْ فِي الدُّنْيَا لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ وَتَقَاتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ تَتَّقُونَ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ كَمَا فِي غَيْرِهَا غَيْرَ غَيْرِهَا أَفْجَبُ الْكُفَّارِ نَبَاتُهُ ثُمَّ يَهْبِطُ فَتَقَرُّهُ مُمْضَةً أَنْتُمْ يَكُونُ حُطَاةً وَفِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ مِّنَ اللَّهِ وَرَحْمَةٌ إِنََّّ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ ۝

جان لو کہ یہ دنیا کی زندگی محض کھیل اور تماشا اور زیبائش اور ایک دوسرے پر آپس میں فخر کرنا اور ایک دوسرے پر مال اور اولاد میں زیادتی چاہنا ہے، جیسے بارش کی حالت کہ اس کی ہیزی نے کسانوں کو خوش کر دیا پھر وہ خشک ہو جاتی ہے تو ٹوٹا اسے زرد شدہ دیکھتا ہے پھر وہ چورا چورا ہو جاتی ہے، اور آخرت میں سخت عذاب ہے، اور اللہ کی مغفرت اور اس کی

خوشنودی ہے، اور دنیا کی زندگی سوائے دھوکے کے اسباب کے اور کیا ہے۔

(الحمد 20)

جو اللہ کو چاہتا ہے اس سے محبت کرتا ہے۔ اللہ کس قدرت محبت سے اس شخص کو خطاب کرتا ہے۔۔۔۔۔

وَأَسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُؤْبَهُوا إِلَيْنَا إِنَّ رَبَّنَا زَكِيمٌ غُفُورٌ

اور اپنے اللہ سے معافی مانگو پھر اس کی طرف رجوع کرو،

بے شک میرا رب مہربان محبت والا ہے۔

(ہود 90)

اصل راز یہ ہے کہ انسان اللہ کی راہ پر جب چلتا ہے تو لازمی امر ہے کہ وہ شیطان کا سب سے بڑا ہدف بن جاتا ہے۔ دباؤ بھی بہت پڑتا ہے، بہت مایوسی بھی آتی ہے اور پریشانی بھی بہت ہوتی ہے۔ اگر انسان کے پاس اس جنگ میں اللہ کا پختہ تصور نہ ہو تو اس کیلئے مصیبت بھی دگنی ہو جاتی ہے اور خطرات بھی۔ اس لیے اللہ کے بارے میں ہر وقت جاننے کی دھن میں لگے رہنا ہی بچاؤ کا واحد راستہ ہے۔۔۔۔۔

جس قدر اللہ کی پہچان بڑھتی ہے۔ اللہ کا قرب اسی قدر بڑھتا ہے۔ جس قدر قرب بڑھتا ہے اسی قدر محبت بڑھتی ہے۔ یاد رہے کہ محبت محض ذہانی دعوے سے کبھی ثابت نہیں ہوتی۔ بلکہ اس دعوے کی سچائی کے ثبوت کے طور پر واضح نشانیوں اور گواہیوں والے مستقل اعمال کا ہونا لازم ہے جن کی موجودگی یہ ثابت کرے کہ محبت کا دعویٰ کرنے والا ذہانی جمع خرچ کرنے والوں میں سے نہیں ہے۔ جو اللہ سے محبت کرتا ہے اللہ اس کی محبت کو آزماتا ہے۔۔۔۔۔ حق ہے۔۔۔ کوئی بھی محبوب اپنے عاشق کو لازمی آزماتا ہے۔ تاکہ جان لے کہ وہ اس سے کتنی محبت کرتا ہے۔

انسان اللہ کو پہچان جائے تو اس کی آزمائش کو بھی پہچان جاتا ہے۔ طالب علم کو پتا ہے کہ اس کا امتحان لیا جائے گا۔ اسی لیے وہ علم لینے کی کوشش کرتا ہے کہ کہاں کہاں سے آزمایا جاسکتا ہے۔ جس کو علم نہیں اس بچہ اے کیلئے آزمائش ایک مصیبت ہے۔۔۔

اللہ کی پہچان میں پختگی maturity پیدا کرنے کے بعد ایک اور بہت بڑی اصلاح کرن ہوتی ہے وہ یہ کہ اللہ کے تصور پر سے قدامت کا سایہ shadow ہٹاتا ہوتا ہے۔ عام طور پر لوگوں کے ذہنوں میں اللہ کا تصور قدامت ancientness پر لٹکا ہوتا ہے۔ بے شک اللہ قدیم بھی ہے لیکن وہ اتنا ہی جدید بھی ہے modern بھی ہے۔

اللہ کے تصور کی جدت کو سمجھنے کیلئے پہلے تصور خدا کی قدامت کے کانپٹ concept کو واضح کر لینا انتہائی ضروری ہے۔ کم علم نفس میں قدامت کا مطلب خیالی ہے fictitious ہے۔ اللہ، رسول، فرشتوں، جنت، جہنم کا تصور عظیم اکثریت کے ذہن میں خیالی fictitious ہے۔ اس کی بنیاد علم پر نہیں بلکہ صرف گمان پر ہے۔

جب سے دنیا وجود میں آئی اور انسان نے یہاں قدم رکھا ہے تب سے تہذیبوں کا ظہور بھی ہوتا چلا آ رہا ہے۔ ہر تہذیب کا انسان خود کو پہلے گزر چکی تہذیبوں سے زیادہ ترقی یافتہ اور زیادہ عقل مند سمجھتا چلا آ رہا ہے۔ نظریہ ارتقاء کی مناسبت سے یہ بات درست ہے کہ انسان ہر آنے والے دور میں پہلے دور سے زیادہ ترقی کرتا رہا ہے مگر غلط فہمی یہ ہے کہ ہر تہذیب اپنے تمدن میں امتیاز پر پہنچ جانے کے بعد یہ گمان کرنے لگتی ہے کہ جو علم ان کے پاس ہے اور جو ترقی انہوں نے کی ہے اس کے سامنے پچھلے دور کی تمام تہذیبیں پسماندہ اور گنوار ہیں۔ جیسے انسان انفرادی تکبر میں گرفتار ہے اسی طرح اجتماعیت میں معاشرہ اور پھر عظیم اجتماعیت میں تہذیب بھی تکبر اور گھمنڈ کا شکار ہو جاتی ہے۔۔۔ اور یہی تکبر بالآخر اس کی تباہی کا باعث بن جاتا ہے۔

اگر قرآن کریم کا یہی مطالعہ کیا جائے تو یہ انکشاف ہوتا ہے کہ اللہ جل جلالہ نے ہر تہذیب کو ایک منفرد علم اور مخصوص طرز کی بے پناہ ترقی پر پہنچایا ہے۔ بات کو سمجھنے کیلئے سورۃ سہا کی آیت 45 کو دیکھتے ہیں۔

وَكَذَّبَ الَّذِينَ مِن قَبْلِهِمْ وَمَا تَلَّوْا بِمِغْشَاةٍ مَّا أَتَيْنَاهُمْ  
فَكَذَّبُوا رُسُلِي فَكَيْفَ كَانَ نَكِيرِ ۝

اور ان لوگوں نے بھی جھٹلایا جو ان سے پہلے تھے اور یہ لوگ اس کے دوسری حصہ کو نہیں پہنچے جو ہم نے انہیں دیا تھا پس انہوں نے میرے رسولوں کو جھٹلایا پھر میرا کیا عذاب ہو۔  
(سہا 45)

غور کیا جائے تو پتا چلتا ہے کہ اللہ آگے آنے والے لوگوں کو کہہ رہا ہے کہ تم سے پہلے جن تہذیبوں کو میں نے فنا کیا، جو ترقی ان کو دی تھی تم تو اس کے دس فیصد تک بھی نہیں پہنچے۔ اللہ کے بارے میں رائج عام قدامت پسندانہ تصور سے دیکھا جائے تو ایسا محسوس ہوتا ہے کہ جیسے پرانی تہذیبوں کے لوگ ہو سکتا ہے جسمانی طور پر ہم سے مضبوط اور ذلیل ذول میں ڈسے ہوں۔

ان کی عمریں بھی ہم سے زیادہ ہو سکتی ہیں یہ بھی ہو سکتا ہے کہ وہ لوگ جاوید نونہ، جنت منور، علم نجوم وغیرہ کو ہم سے زیادہ جانتے ہوں مگر ان کی ترقی اس سے زیادہ نہیں ہو سکتی کیونکہ زمین، جہاز، بجلی، ٹیلیفون، انٹرنیٹ سمیت جتنی ہوشربا ترقی ہم نے کی ہے اس سے پہلے کوئی تہذیب اس قدر خیرہ کن بے پناہ جدید تمدن تصور کرنے کے بھی قابل نہیں تھی۔

تہذیب اس قدر خیرہ کن بے پناہ جدید تمدن تصور کرنے کے بھی قابل نہیں تھی۔  
یہناو یہ نظر قدامت پسند ہے۔ اس پر غور کرنے کی اور اس کی اصلاح کی ضرورت ہے۔  
قرآن وحدیث کے وسیع مطالعے اور تحقیق سے یہ قدیم زاویہ نظر درست ہو جاتا ہے۔ ذلیل مگر چند انتہائی اہم آیات پیش خدمت ہیں تاکہ غور و فکر کا سلسلہ آگے بڑھایا جاسکے۔

لکھا انہوں نے زمین میں سیر نہیں کی کہ وہ دیکھتے ان لوگوں کا انجام لیسا تھا جو ان سے پہلے ہو گزرے ہیں، وہ قوت میں ان سے بڑھ کر تھے اور زمین میں آثار کے اعتبار سے بھی پھر اللہ نے انہیں ان کے گناہوں کے سبب سے پکڑ لیا، اور ان کے لیے اللہ سے کوئی بچانے والا نہ تھا۔

(21 مئی)

وَلَقَدْ مَكَّنَّاهُمْ فِيهَا أَنْ مَكَّنَّاكُمْ فِيهِ وَجَعَلْنَا لَهُمْ سَمْعًا وَأَبْصَارًا  
وَأَفْئِدَةً فَمَا أَغْلَى عَنْهُمْ سَمْعُهُمْ وَلَا أَبْصَارُهُمْ وَلَا أَفْئِدَتُهُمْ مِنْ شَيْءٍ  
إِذْ كَانُوا يَمْخِذُونَ بِالْآيَاتِ اللَّوِيَّ وَحَاقَ بِهِمْ مَا كَانُوا بِهِ يَسْتَكْبِرُونَ ۝  
اور ہم نے ان لوگوں کو ان باتوں میں قدرت دی تھی کہ تم کو ان باتوں میں قدرت نہیں دی  
اور ہم نے انہیں کان اور آنکھیں اور دل دیے تھے، پھر تم تو ان کے کان ہی کام آئے اور نہ  
ان کی آنکھیں ہی کام آئیں اور نہ ان کے دل ہی کچھ کام آئے کیونکہ وہ اللہ کی آیتوں کا انکار  
کرتے رہے اور جس عذاب کا وہ ٹھٹھاڑا یا کرتے تھے ان پر آن پڑا۔

(26-0000)

كَالَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ كَانُوا أَشَدَّ مِنْكُمْ قُوَّةً وَأَكْثَرَ أَمْوَالًا وَأَوْلَا قُلُوبًا  
فَاسْتَفْتَعُوا إِبْرَاهِيمَ عَلَيْهِمُ السَّلَامَ فَاستَفْتَعُوهُمُ إِخْلَاقًا وَكُنَّا اسْتَفْتَعُ الَّذِينَ مِنْ



قَبْلَكُمْ يَخْلَقِيهِمْ وَخُضُّهُمْ كَالَّذِي خَاضُوا ۚ أُولَٰئِكَ حَبِطَتْ أَعْمَالُهُمْ  
فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ ۚ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ ۝

جس طرح تم سے پہلے لوگ تم سے طاقت میں زیادہ تھے اور مال اور اولاد میں بھی زیادہ  
تھے، پھر وہ اپنے حصہ سے فائدہ اٹھا گئے اور تم نے اپنے حصہ سے فائدہ اٹھا یا جیسے تم سے  
پہلے لوگ اپنے حصہ سے فائدہ اٹھا گئے اور تم بھی انہیں کی سی چال چلتے ہو، یہ وہ لوگ ہیں جن  
کے اعمال دنیا اور آخرت میں ضائع ہو گئے، اور وہی نقصان اٹھانے والے ہیں۔

(التوبہ 69)

أَلَمْ يَرَوْا كَمَا أَخْلَقْنَاهُمْ مِنْ قَبْلِهِمْ وَبَيْنَ قَرْنَيْنِ مَكَّنَّا لَهُمْ فِي الْأَرْضِ مَالَهُمْ  
فَتَكِينٌ لَّهُمْ وَأَرْسَلْنَا السَّمَاءَ عَلَيْهِمْ قِطْرًا ۖ وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ أَتَّهَارَ تَجْرِي  
مِنْ تَحْتِهِمْ ۖ فَآخَلَكْنَاهُمْ يَدْنُو بِهِمْ وَأَنشَأْنَا  
مِنْ بَعْدِهِمْ قَرْنًا آخَرِينَ ۝

کیا وہ دیکھتے نہیں کہ ہم نے ان سے پہلے بھی کتنی امتیں ہلاک کر دیں ہم نے انہیں زمین  
میں دھانچہ اور بھٹکا تھا جو تمہیں نہیں بخشتا اور ہم نے ان پر آسمان سے خوب بارشیں برسائیں،  
اور ان کے نیچے نہریں بہا دیں پھر ہم نے انہیں ان کے گناہوں کی پاداش میں ہلاک کر دیا  
اور ہم نے ان کے بعد اور امتوں کو پیدا کیا۔

(الانعام 6)

أُولَٰئِكَ يَسْمُرُونَ فِي الْأَرْضِ فَإِنظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ  
كَانُوا أَشَدَّ مِنْهُمْ قُوَّةً ۖ أَكَلُوا الْأَرْضَ وَعَمَّرُوا ۖ هَآؤُلَٰئِكَ نَبَا خَيْرًا

وَجَاءَهُمْ رَسُولُهُمْ بِالْبَيِّنَاتِ فَمَا كَانَ اللَّهُ لِيَظْلِمَهُمْ وَلَكِنْ كَانُوا أَنْفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ ۝

کیا انہوں نے ملک میں پھر کر نہیں دیکھا کہ ان سے پہلوں کا کیسا انجام ہوا، وہ ان سے بھی بڑھ کر قوت والے تھے اور انہوں نے زمین کو جو تھا اور ان لوگوں سے بہت زیادہ آباد کیا تھا اور ان کے پاس ان کے رسول معجزات لے کر بھی آئے تھے، پھر اللہ ایسا نہ تھا کہ ان پر ظلم کرتا بلکہ وہی اپنے نفسوں پر ظلم کرتے تھے۔

(الروم 9)

قَدْ خَلَّاتِ مِنْ قَبْلِكُمْ سُنَنٌ فَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَانظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُكَذِّبِينَ ۝

تم سے پہلے کئی واقعات ہو چکے ہیں سو زمین میں سیر کرو اور دیکھو کہ جھٹلانے والوں کا کیا انجام ہوا۔

(آل عمران 137)

ان آیات مبارکہ کے مطالعے سے واضح نظر آتا ہے کہ پہلے آنے والی تمام امتوں کو اللہ تعالیٰ نے مختلف خاص علوم سے نوازا تھا اور یہ تمام سابقہ تہذیبیں اپنی تباہی کے وقت اپنے مخصوص علوم کے درجہ کمال پر فائز تھیں۔

عاد کی مشدد کردینے والی تغیرات آج بھی سائنس کیلئے ایسے عجوبے کی حیثیت رکھتی ہیں جس کا کوئی جواب کسی کے پاس نہیں ہے۔ دنیا کے بڑے بڑے آرکیالوجسٹ اگست بدنداں ہیں کہ آخر وہ کونسی ٹیکنالوجی تھی کہ جس کی مدد سے اس قوم نے بڑے بڑے عتہ پہاڑوں کو تراش کر ان میں اپنے محلات تعمیر کر رکھے تھے۔

آج کے دور میں وہاں موجود کسی پہاڑ میں اگر عمارت کے فن تعمیر سے ملتا جلتا کوئی ایک بھی گھر بنانے کی کوشش کی جائے تو تمام تر جدید ٹیکنالوجی کے باوجود وہاں بوس ڈالر کا سرمایہ اور پانچ سے دس سال کا طویل عرصہ درکار ہے۔ اس قدر تردد کے بعد بھی آج کا انسان عمارتوں کی خوبصورتی کا مقابلہ نہیں کر پائے گا۔

مائن صابح قوم ثمود کے آثار ہیں۔ قرآن کریم نے اس کا ذکر تفصیل سے کیا ہے۔ یہ حضرت صابح کی قوم تھی جس کو عذاب الہی سے روئے زمین سے ہمیشہ کیلئے مٹا دیا گیا۔ اس کے آچہ سعودی شہر الاولاء سے 50 کلومیٹر شمال میں موجود ہیں۔ یہ قوم اس قدر حیرت انگیز ترقی پر پہنچ چکی تھی کہ صحرائی ہولناک خشک سالی سے نہنے کیلئے بارشوں کے دوران پانی کو ذخیرہ کرنے کیلئے بڑے بڑے ڈیم بناتی تھی۔

سیدرج کا اعلیٰ نظام مکنی کنی کلومیٹر تک پانی کی رسائی کیلئے بچھائے گئے پائپ اور عالی شان عمارتیں ان کی عظیم رفتہ کا منہ بولتا ثبوت ہیں۔ صحرائی حقیقی ریت میں جہاں سبزے کا تصور بھی محال ہوتا ہے یہ قوم ایک ایسی حیرت انگیز جنت ارضی آباد کر چکی تھی کہ جس پر آج کا انسان بھی حیران و پریشان ہے۔

اسی دھڑلے سے درختوں کے باغات، سرسبز و شاداب گھاس، پھول اور ہر قسم کے پھلوں کے درخت کی افراط تھی۔ بڑے بڑے تالابوں میں مچھلی کی صورت قتل کرتے ہوئے لوگوں کا اس وقت کا طرز زندگی اس انجلس کے پیش و نشانہ جیسا دکھائی دیتا ہے۔

قوم ساہجس کا ذکر قرآن کریم میں اس کی بے پناہ خوشحالی کی مناسبت سے کیا گیا۔ پانی کو ذخیرہ کرنے والے عظیم ڈیمز کے لائق ہی سلسلے تخلیق کر رہی تھی۔ کچھ قاصدے پر مین انجی انجی میں حضرت سلیمان کی عظیم الشان سلطنت آپ درتاب پر تھی۔ وہاں میں از ہر معمول کی بات تھی۔ محبت سلیمان آج بھی زبان زد عام ہے۔

حضرت سلیمانؑ کا ایک وزیر تورات کے علم سے تخت بلقیس کو کئی سو کلو میٹر کے فاصلے سے آنکھ جھپکنے سے پہلے دوسری جگہ منتقل کر رہا تھا۔ یہ علم کی وہ انتہائیں ہیں کہ آج کی دنیا میں ابھی تک کسی قوم کو میسر نہیں آتی ہیں۔

قرآن مصریوں کا ذکر اونچے اونچے شہر pyramids بنانے والوں کے نام سے کرتا ہے۔ ساری دنیا فرامین کے مقبروں کو عجائب عالم میں شمار کرتی ہے۔ اوپری نظر سے بہت حاصل نہیں ہوتا۔ تحقیق research کرنا ہوتی ہے۔ ان مقبروں pyramids پر جو تحقیقی مواد آرکیالوجی کے عالمی منظر نامے پر تسلیم شدہ مستند ماہرین نے مرتب کیا ہے اس کا اگر بغور مطالعہ کیا جائے تو عقل دنگ رہ جاتی ہے کہ ان مقابر میں کیسے جیسے جہان حیرت مدفون ہیں۔

یہ صرف عمارتیں نہیں ہیں یہ صرف آثار قدیمہ نہیں ہیں۔۔۔ اللہ جب کسی قوم کی زمین میں نشانی کو چھوڑتا ہے تو اس کا مطلب یہ نہیں ہوتا کہ آثار قدیمہ سمجھ کر وہاں پتنگ مٹا کر اور ان قدیم آثار میں گھومتے پھرتے حیرت کا اظہار کر کے اپنے گھروں کو انسان واپس پلٹ جائے۔ کسی قوم کی نشانی چھوڑ کر اللہ یہ چاہتا ہے کہ آنے والے دور کے انسان عبرت حاصل کریں admonitory چکڑیں اور عبرت صرف کھنڈرات کو دیکھنے سے نہیں بلکہ ان پر تحقیق کرنے سے حاصل ہوتی ہے۔

کئی ہزار سال پہلے جو لاشیں مصریوں نے اپنے فرعونوں کی حنوط کی قفسیں آج بھی درست حالت میں ہیں۔ مصریوں کو خواب کی تعبیر کا جو علم اللہ نے دیا تھا وہ اس قدر اوج کمال کو پہنچا ہوا تھا کہ حضرت یوسفؑ کو اللہ نے اپنی مشیت سے اپنے والد سے جدا کر کے مصر بھیجا تا کہ وہ خوابوں کا یہ علم حاصل کریں۔

وَقَالَ الَّذِي اشْتَرَاهُ مِنْ مِصْرَ لَا مِرَّ آتِيَهُ أَكْرَمُنِي مَفْضُوًّا غَسَّى أَنْ يَتَّقِنَا أَوْ

فَتَجِدَنَّهُ وَلَدًا وَقَدْ نَزَلَتْ مَكَّةَ لِيُؤَسِّفَ فِي الْأَرْضِ وَلِيُعَلِّمَهُ مِن تَأْوِيلِ  
الْأَحَادِيثِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ عَلِيمٌ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ ۝  
اور جس نے اسے مصر میں خرید لیا اس نے اپنی عورت سے کہا اس کی عزت کرنا یہ ہمارے  
کام آئے یا ہم اسے بیٹا بنالیں، اس طرح ہم نے یوسف کو اس ملک میں جکڑ دی  
اور تاکہ ہم اسے خواب کی تعبیر سکھائیں اور اللہ اپنے کام پر غالب ہے۔  
لیکن اکثر لوگ نہیں جانتے۔

(یوسف 21)

مصری بے پناہ ترقی یافتہ تہذیب کے مالک تھے۔ بہت سے ایسے شواہد موجود ہیں جو یہ  
بتاتے ہیں کہ مصری قوم آج سے کئی ہزار سال پہلے کم ترقی یافتہ اور محدود طاقت رکھنے والی  
خاص قسم کی بجلی پیدا کر رہی تھی اور اسے اپنے استعمال میں بھی لاد رہی تھی۔ یہ لوگ اس بجلی  
سے روشنی حاصل کرتے تھے۔ فرامین کے مقابر pyramids چونکہ اندر سے بہت وسیع و  
عریض ہیں جن میں زیر زمین بھی بے پناہ تعمیر ہوئی ہے مگر کسی مشعل کا کسی آگ کا کوئی نشان  
جیسے دیواروں پر دھوئیں کے کوئی ذرات کچھ بھی نہیں ملا۔ ان مقابر کی دیواروں پر ایسی بہت  
کی تصاویر موجود ہیں جن میں بہت سے لوگوں کو بجلی سے تجربات کرتے ہوئے دیکھا جاسکتا  
ہے۔ جو لوگ تحقیق کرنا چاہیں وہ ایرک وان دنکن Erich Von Daniken کی  
Chariots of God اور جارجیوسو کالوس Giorgio Tsoukalos کی Gods  
of Ancient Aliens اور پراوین موہن کی ڈاکو مفریز ہاسانی دیکھ سکتے ہیں۔ یہ تین  
رہنمائی صرف آغاز کیلئے لکھے دیئے ہیں جب اس بحر کی غواصی کی جائے گی تو بڑے راز و خفیہ  
الہام ہوں گے جو یہاں لکھے نہیں جاسکتے۔۔۔

Truth is always strange than fiction.

یوں بھی اُصوند نے والوں کو صرف اشارہ ہی درکار ہوا کرتا ہے۔۔۔۔۔ یہ سب لکھنے کا مقصد صرف یہ واضح کرنا ہے کہ پہلے گزر چکی تہذیبوں کا تذکرہ قرآن پاک میں اللہ نے اس لیے کیا ہے کہ وہ کوئی گئی گزری تہذیبیں ہرگز نہ تھیں۔۔۔ اللہ کی پہچان اللہ کا تصور imageless image تب تک پہنچتی کو نہیں پہنچ سکتا جب تک اللہ سے محبت کرے والا ان تہذیبوں کا گہرائی میں اتر کر مطالعہ نہ کرے۔

قرآن پر تحقیق کی جائے تو کون سی غلط فہمی ہے جو باقی رہ جائے گی۔۔۔ ان تہذیبوں میں آج کے دور میں سب سے بڑا فرق یہ ہے کہ ہمارے پاس تصویر visual ہے۔ ہمارا فریم آف ریفرنس frame of reference تصویری visual ہے۔

ان اقوام کے پاس یہ سہولت موجود نہ تھی۔۔۔ یہ اللہ نے آج کی تہذیب کو عطا کی ہے جو بلا مبالغہ اسے باقی تمام گزر چکی تہذیبوں سے زیادہ ترقی یافتہ کر دینے میں بنیادی کردار ادا کرتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ پرانی تہذیبوں ancient civilizations میں دیواروں پر نقش و نگار اور تفصیلات بنائی جاتی تھیں تاکہ ریفرنس باقی رہ سکے۔ وہ اپنے نقوش چھوڑنا چاہتے تھے اور اس کیلئے ان کے پاس صرف ایک راستہ تھا کہ پتھر کا استعمال کریں۔ پرانی تہذیبوں کا مطالعہ کر لینے کے بعد انسان کو یہ احساس ہوتا ہے کہ اللہ قدیم بھی ہے اور جدید بھی۔

وہ پہلے دن سے جانتا ہے کہ انسان خلائی جہاز بنائے گا۔ خلا کا سفر کرے گا۔ علم سارا اللہ کا ہے اور اللہ کا علم ہمیشہ سے ہے۔ مقام افسوس یہ ہے کہ مسلمانوں نے تحقیق اور جستجو کو فراموش کر دیا اور صرف مذہب کو اپنی منزل بنالیا۔ پرانی تہذیبوں کا جس قدر مطالعہ غیر مسلموں نے کیا ہے اس کا عشر عشر بھی مسلمانوں کے حصے میں نہیں ہے یہی حال دور جدید کی ترقی ہے جس میں مسلمانوں کا کردار نہ ہونے کے برابر ہے۔

وہیں تصور خدا کے قدیم چنگل سے نجات پائے تو جدت کو عازم سفر ہوتا ہے۔ یہ ممکن نہیں کہ مسلمان خلائی علم space exploration سے بے نیاز رہے۔ جب تک زاویہ نظر سائنسی scientific نہ ہو جائے خدا کی پہچان کیسے ممکن ہو سکتی ہے؟ ہر دور کے انسان کو اپنے زمانے میں رہتے ہوئے خدا کو پہچاننا ہوتا ہے۔

جب سائنس اور ٹیکنالوجی کا وجود نہ تھا اس وقت خدا کی پہچان کیلئے جو بھی دستیاب اور رائج علوم تھے انہیں میں رہتے ہوئے خدا کی پہچان تک پہنچنا ہوتا تھا لیکن اگر کوئی آج کے غیر ترقی یافتہ دور میں خدا کی پہچان تک سائنس اور ٹیکنالوجی کا مطالعہ کیے بغیر پہنچنا چاہے تو جان لے کہ سوچ کا یہی زاویہ نظر وہ قدامت پسندانہ تصور خدا ہے جس کا یہاں ذکر ہو رہا ہے۔

قرآن میں لاتعداد آیات میں اللہ تعالیٰ نے ایمان والوں کی نشانی بتائی ہے کہ وہ زمین و آسمان کی پیدائش میں اللہ کی نشانیوں میں غور و فکر کرتے ہیں۔ انصاف سے سوچیں کہ کتنے مسلمان آج کل سائنس پر تحقیق کر رہے ہیں؟ ہم نے یہ کام سائنسدانوں کے سپرد کر رکھا ہے۔ امریکا، یورپ، برطانیہ اور جاپان جیسے ترقی یافتہ ملکوں کا بچہ بچہ خدا کے علم سے مالا مال ہے۔ space exploration وہاں سب کی ترجیح ہے۔

1965ء میں جب امریکی خلا باز چاند پر گئے تو پوری امریکی قوم نے ٹیلی ویژن کے گرد بیٹھ کر براہ راست یہ مناظر دیکھے۔ اس وقت سے لے کر آج تک ان کے اس جنون میں بے پناہ اضافہ ہو چکا ہے۔ اللہ خلا space کا بنانے والا ہے۔

چاند سورج ستارے، کہکشائیں سب اس نے بنائے ہیں کیا وہ اس انسان سے محبت نہیں کرے گا جو اسے جاننے کی چاہت میں ان سب عظیم نشانیوں میں غور کرتا ہو؟ خود سے سوال کر لیا کہ آپ نظام شمسی، سیاروں ستاروں، سورج چاند، کہکشاؤں، فوری سالوں، شہابیہ

خلافہ  
 ثاقب، خلائی مخلوق کی ممکنہ موجودگی possible alien existence اور ان کی  
 اقسام (greys, reptilians, annunaki, andrumedans)، خلائی  
 تحقیق کے اداروں Area 51، NASA، خلا بازوں، خلائی جہازوں، سولہز  
 soyuz، ستاروں کی ترتیب stars constellation، بلیک ہولز، گہری خلا  
 deep space، اسپیس اسٹیشنز، یو ایف او UFO، کے بارے میں کس قدر علم رکھتے  
 ہیں؟؟؟

یہ سب اللہ کے علم کے مظاہر ہیں اگر آپ ان کو نہیں جانتے تو اللہ کو کتنا جانتے ہیں؟ ہم سب  
 کچھ نہیں جان سکتے۔ ہم اللہ کو مکمل نہیں جان سکتے۔۔۔ مگر ہم بہت کچھ جان سکتے ہیں  
 ۔۔۔ ہم اللہ کو اپنے رب کو بہت کچھ جان سکتے ہیں۔۔۔

اس ذات عظیم کی پہچان کا سفر شروع کیجئے۔۔۔ اللہ ہم سب کا مختصر ہے۔۔۔ وہ چاہتا ہے کہ  
 اسے دریافت کیا جائے۔۔۔ اور کیوں نہ کیا جائے ایسے زبردست علم والے رب کو کیوں  
 دریافت نہ کیا جائے؟

سورۃ الزمر یاد آتی ہے۔

وَمَا قَدَرُوا اللَّهَ حَقَّ قَدْرِهِ كَالْأَزْوَاجِ يَمْشُونَ فِي الْأَسْوَاقِ  
 وَالشَّيَاطِطِ يُضِلُّونَ أَصْفَادَهُمْ وَيَسْتَمِيعُونَ سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا يُشْرِكُونَ ٥

اور انھوں نے اللہ کی قدر نہیں کی جیسا کہ اس کی قدر کرنے کا حق ہے  
 اور یہ زمین قیامت کے دن سب اسی کی مٹھی میں ہوگی اور آسمان اس کے  
 داہنے ہاتھ میں لپٹے ہوئے ہوں گے، وہ پاک اور برتر ہے  
 اس سے جو وہ شریک ٹھہراتے ہیں۔

(الزمر 67)



جو کچھ اوپر خطا کے بارے میں لکھا ہے اس میں موضوعات کی صورت بہت سے اشارے  
keywords بھی دے دیئے ہیں تاکہ جستجو کرنے والوں کے کام آئیں اور اللہ کی ذات  
علیم کی بے پناہ عظمت کے نئے درائن پر وہا ہوں۔ جیسے جیسے انسان کو علم ہوتا چلا جاتا ہے اس  
کی آنکھ کھلتی چلی جاتی ہے۔

ایسے ایسے سیارے ستارے موجود ہیں کہ ہزاروں زمینیں ان میں سما جائیں۔ ہم نہیں جانتے  
کہ جنت کیسی ہوگی۔ جہنم کیا جلا ہے، اللہ کے عرش کی کیفیت کیا ہے۔ ہم کچھ نہیں جانتے مگر  
اجتناباً در اندازہ کر سکتے ہیں کہ اس دنیا سے اربوں کھربوں گنا زیادہ جدت اور ترقی پر اللہ کی  
سلطنت قائم ہے۔

وَإِذَا زَايَاتٌ قَدَرْنَ آيَاتِنَا وَمُلْكًا كَبِيرًا

اور جب تو وہاں دیکھے گا تو نعمت اور بڑی سلطنت دیکھے گا۔

(الدھر/الانسان 20)

آغاز میں قدامت پسندی کا نفس انسانی میں یہ حال ہوتا ہے کہ اپنی دنیا کے خلائی جہاز،  
بڑے بڑے جیٹ تو فطری لگتے ہیں لیکن جب تحت سلیمان پر حضرت سلیمان کی ہوا میں  
پہ از کا ذکر ہو تو ذہن میں ایک بڑا تحت جس پر چادر بکھی ہو اور وہ ہوا میں اڑتا ہو ایسا کچھ تاثر  
جتا ہے۔۔۔ یہ کیوں جتا ہے؟ اس پر غور کرنے کی ضرورت ہے۔۔۔ اس موضوع کو ایک  
سوال کی صورت غور و فکر کیلئے پڑھنے والے کی صوابدید پر چھوڑا ہے۔۔۔

کبھی جی کے موقع پر طواف کعبہ کے دوران اونچائی سے لی گئی کسی تصویر، ویڈیو کو دیکھیں  
۔۔۔ پھر کسی بھی کہکشاں کی تصویر یا ویڈیو کو دیکھیں۔۔۔ انکشاف ہوتا ہے کہ دونوں میں  
سب پناہ مماثلت ہے۔۔۔ کعبہ کے گرد طواف کرتے ہوئے لوگ کسی کہکشاں galaxy  
کی طرح کیوں دکھائی دیتے ہیں؟

سائنس، ٹیکنالوجی اور اسپیس پر غور و فکر ذہن انسان کے مقفل درجوں کو کھولتا ہے۔ اللہ کو جاننے کیلئے قرآن کا جاننا بے حد ضروری بلکہ بنیادی امر ہے اور قرآن کو جاننے کا ایک بہت بڑا ذریعہ سائنس ہے۔ یہ ایک دائرہ loop ہے اسے مکمل کیے بغیر تصور خدا واضح refine نہیں ہوتا۔ بات کو سمجھنے کیلئے قرآن سے کچھ ایسا دریافت کرنے کی کوشش کر کے دیکھتے ہیں جس کے دوران سائنس، ٹیکنالوجی اور اسپیس کا علم قرآن سے بڑ جائے۔۔۔

☆☆☆☆☆☆

## شعری اور قاب قوسین

### Sirius Star & Double Bow Orbit

A continuum of prevoius chapter

سورۃ النجم کی آیت نمبر 49 میں اللہ تعالیٰ فرماتا ہے۔۔۔

وَأَنَّهُ هُوَ رَبُّ الشُّعْرَىٰ ۝

اور یہ کہ وہی شعری کا رب ہے۔

(النجم 49)

شعری آسمان دنیا کا سب سے نزدیک اور سب سے زیادہ چمکدار ستارہ ہے۔ اس کا انگریزی نام سیریس sirius ہے۔ صاف نظر آتا ہے کہ قرآن کے ذریعے اس نام سے اللہ انسان کو کوئی واضح اشارہ دے رہا ہے۔ شعری sirius کا زمین سے فاصلہ 8.5 نوری سال ہے۔ اسے ڈبل بوسٹار double bow star کہا جاتا ہے۔

اس سے کچھ فاصلے پر ایک سفید چھوٹا ستارہ ہے۔ ان دونوں کو sirius A اور sirius B کہا جاتا ہے۔ سیریس A بڑا ہے جیسے سورج ہے اور سیریس B چھوٹا ہے جیسے ہماری یہ زمیں ہے۔

سیریس بی series B سیریس اے series A کے گرد چکر لگا رہا ہے۔ مدار میں ہے۔  
orbit کر رہا ہے۔ یہ بات ابھی تک معلوم نہیں کہ سیریس اے series A یعنی شعری کی کس  
شے کے گرد مدار میں ہے۔ سیریس بی series B کا قطر 12,000 کلومیٹر ہے اور زمین  
کا قطر 12,742 کلومیٹر ہے۔ یعنی جو ستارہ شعری کے گرد گھوم رہا ہے وہ بالکل زمین کی  
جسامت کا ہے۔ جبکہ خود شعری اے اس قدر بڑا ہے کہ ہمارے سورج جیسے 300 سورج  
اس میں سما سکتے ہیں۔

مصری egyptian شعری کو جانتے تھے۔ ہر سال کے اختتام پر شعری سورج کے نکلنے  
سے ذرا پہلے طلوع ہوتا تھا اس لیے مصری اپنے کیلنڈر سال کے نئے دن کا آغاز شعری کے  
طلوع ہونے پر کرتے تھے ہر سال جب بھی یہ موقع آتا تھا وہ جان جاتے تھے کہ شعری  
دکھائی دینے کا مطلب یہ ہے کہ نیل میں پانی زیادہ آئے گا کیونکہ ان وقتوں میں شعری کے  
طلوع ہونے کا مطلب یہ ہوتا تھا کہ سیلابی ریلوں کا موسم شروع ہونے والا ہے جس سے نیل  
پانی سے بھر جائے گا۔

اسے قدیم مصری نیل کا ستارہ star of nile کہا کرتے تھے۔ ہزاروں سال پہلے چونکہ  
یہ زمین سے بہت ہلکا در حالت میں نظر آتا تھا۔ اس لیے بہت سی تہذیبوں میں اس کی پوجا  
کے شواہد بھی ملتے ہیں۔ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ فاصلہ بڑھنے کی وجہ سے اب اسے  
دیکھنا اتنا آسان نہیں رہا۔ انجم کی آیت 49 میں جب اللہ فرماتا ہے کہ وہ شعری کا رب ہے تو  
اس آیت سے دو حقائق آشکار ہوتے ہیں۔ پہلا تو یہ کہ اللہ خوب جانتا ہے کہ کن تہذیبوں  
نے شعری کو رب مان کر اس کی پوجا کی اور اسی طرف اللہ کا اشارہ ہے کہ شعری رب نہیں ہے  
بلکہ وہ (اللہ) شعری کا رب ہے۔ دوسرا پہلو بہت ہی حیران کن ہے۔۔۔ واپس سورۃ النجم کو  
پہنچتے ہیں اور ابتدائی آیات پر نظر ڈالتے ہیں۔

ان آیات میں اللہ تعالیٰ ایک بہت ہی خاص واقعے event کا ذکر فرما رہا ہے۔ پہلی دس آیات حیرت انگیز ہیں۔

وَالنَّجْمِ إِذَا هَوَىٰ ۝ مَا ضَلَّ صَاحِبُكُمْ وَمَا غَوَىٰ ۝ وَمَا يَنْطَلِقُ عَنِ الْهَوَىٰ ۝  
إِنْ هُوَ إِلَّا وَعْدٌ يُؤْتَىٰ ۝ عَلَيْهِمْ شَدِيدُ الْغَوَىٰ ۝ ثُمَّ مَرِّقَةٌ فَاسْتَوَىٰ ۝ وَهُوَ  
بِالْأَفْقِ الْأَعْلَىٰ ۝ ثُمَّ دَنَا فَتَدَلَّىٰ ۝ فَكَانَ قَابَ قَوْسَيْنِ أَوْ أَدْنَىٰ ۝  
فَأَوْثَقَ إِلَىٰ عَنَدِهِ مَا أَوْثَقَىٰ ۝

ستارے کی قسم ہے جب وہ ڈوبنے لگے۔ تمہارا رہنما نہ گمراہ ہوا ہے اور نہ بہکا ہے۔  
اور نہ وہ اپنی خواہش سے کچھ کہتا ہے۔ یہ تو وحی ہے جو اس پر آتی ہے۔ بڑے طاقتور  
جبرائیل نے اسے سکھایا ہے۔ جو بڑا زور آور ہے پس وہ قائم ہوا (اصلی صورت  
میں)۔ اور وہ (آسمان کے) اونچے کنارے پر تھا۔ پھر نزدیک ہوا پھر اور  
بھی قریب ہوا۔ پھر فاصلہ دو کمان کے برابر تھا یا اس سے بھی کم۔

پھر اس نے اللہ کے بندے کے دل میں القا کیا

جو کچھ القا کیا دل نے۔

(النجم 105:1)

اب شعرنی اسے اور شعرنی بی پر پیچھے ہو چکی تمام معلومات کو ذہن میں رکھتے ہوئے آگے  
بڑھیں کہ ایک اور راز آشکار ہونے کو ہے۔۔۔ شعرنی بی B sirius ایک چھوٹے  
ستارے یا سیارے کی شکل میں شعرنی اے A sirius کے گرد مدار پر چکر کاٹ رہا ہے  
orbit کہہ رہا ہے۔ شعرنی بی ایک چکر شعرنی اے کے گرد 49.9 سال میں پورا کرتا  
ہے۔ اس گردش کو double bow کہا جاتا ہے جس کا لفظ بالفاظ عربی ترجمہ قلاب قوسین  
ہوتا ہے۔ اسے double length units بھی کہا جاتا ہے۔ کائنات میں ابھی تک

دریافت ہونے والی اپنی نوعیت کی یہ منفرد ترین مدار کی گردش orbit rotation ہے جو ہیک وقت دائرے میں بھی ہے اور لہر دار بھی ہے۔۔۔ نیچے دی گئی تصویر میں شعری بی sirius B کی گردش کی لکیر میں جتنے بھی اُتار چڑھاؤ ہیں وہ اپنی انفرادی حیثیت میں ہر 49.9 سال بعد قاب قوسین double bow کی شکل میں مکمل ہوتے ہیں۔ یہ گردش

کچھ اس طرح دکھائی دیتی ہے۔

Figure 1  
Top View

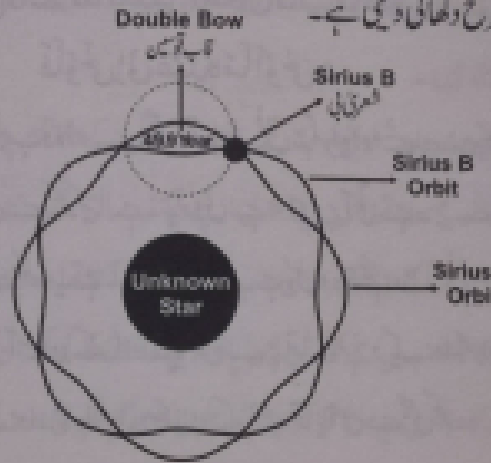
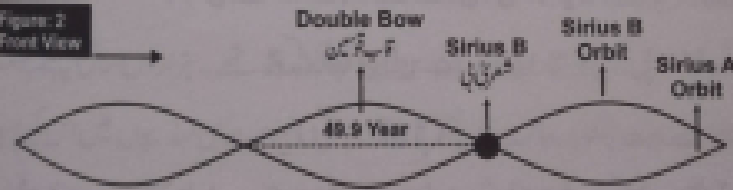


Figure 2  
Front View



اس مناسبت سے بلا شک و شبہ کائنات میں شعری sirius انتہائی خاص مقام ہے۔۔۔ انجم کی آیت 9 کو جس میں قاب قوسین کا ذکر ہے جب اسی سورہ کی 49 آیت جس میں اللہ نے شعری کا نام لیا ہے کے ساتھ منسلک کیا جائے تو 49.9 کا حیرت انگیز عدد حاصل ہوتا ہے جو شعری بی کی شعری اے کے گرد گردش کا مکمل ترین دورانیہ ہے۔ انجم کی پہلی دس آیات میں جس بڑے واقعے کی طرف اشارہ ہے اس کے مطابق حضرت جبریلؑ آسمانوں کی

وجہائی بلند یوں سے نیچے اترتے ہوئے شعرنی تک آئے یہاں تک کہ وہ قلاب قوسمین  
double bow سے بھی قریب آگئے یعنی وہ ہماری زمین سے شعرنی کے مدھجک کے  
فاصلے پر آئے۔ اب دو طرح کی صورت حال ہو سکتی ہیں۔

پہلی یہ کہ زمین سے خود حضور اکرمؐ اس مقام تک پہنچائے گئے۔۔۔ دوسری یہ کہ حضرت  
جبریلؑ اپنی اصل زور آور صورت میں شعرنی کے قریب تر آئے اور حضور اکرمؐ نے زمین پر  
موجود رہتے ہوئے اپنی چشم مبارک سے حضرت جبریلؑ کے حقیقی وجود کا مشاہدہ کیا اور اس  
دوران حضرت جبریلؑ نے حضورؐ کے دل پر وحی کیا۔ اس دوسرے خیال کی تصدیق صحیح مسلم  
کی جلد اول (ایمان کا بیان) نمبر 439 سے ہوتی ہے

راوی: زبیر بن حرب، اسماعیل ابن ابراہیم، داؤد، شعبی

حضرت مسروق کہتے ہیں کہ میں ام المؤمنین حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کے پاس نکیہ لگائے  
بیٹھا تھا انہوں نے فرمایا اے ابو عائشہ (یہ ان کی کنیت ہے) تین باتیں ایسی ہیں کہ اگر کوئی  
ان کا قائل ہو جائے تو اس نے اللہ پر بہت بڑا جھوٹ باندھا۔

میں نے عرض کیا وہ تین باتیں کون سی ہیں؟

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا نے فرمایا کہ ایک تو یہ ہے کہ جس نے خیال کیا کہ حضور  
اکرمؐ نے اپنے رب کو دیکھا ہے تو اس نے اللہ پر بڑا جھوٹ باندھا۔ مسروق کہتے ہیں کہ  
میں نکیہ لگائے بیٹھا تھا میں نے یہ سنا تو اٹھ کر بیٹھ گیا۔

میں عرض کیا اے ام المؤمنین مجھے بات کرنے دیں اور جلدی نہ کریں کیا اللہ نے نہیں  
فرمایا (وَلَقَدْ رَآهُ نَزْلَةً أُخْرَىٰ) حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا فرماتے تھیں کہ  
اس امت میں سب سے پہلے میں نے ان آیات کے بارے میں حضورؐ سے پوچھا۔ آپؐ  
نے فرمایا ان آیتوں سے مراد جبرائیلؑ ہیں۔ میں نے انہیں ان کی اصل صورت میں نہیں

دیکھا سوائے دو مرتبہ کے جس کا ان آیتوں میں ذکر ہے۔ میں نے دیکھا وہ آسمان سے اتر رہے تھے اور ان کے تن و توش کی بڑائی نے آسمان سے زمین تک کو گھیر رکھا تھا۔

انجیم کی پہلی دس آیات اسی عظیم واقعہ کی طرف اشارہ کرتی ہیں اور صرف لفظ شعری پر غور کرنے سے ہمیں حضرت جبرائیلؑ کے اُس مقام کا علم ہو جاتا ہے جس مقام سے حضورؐ نے ان کا اصل وجود کا مشاہدہ کیا تھا۔ اب اگر قرآن کو جدت سے نہ پڑھا جائے تو کوئی طریقہ نہیں کہ اس راز تک کسی کو رسائی ہو سکے۔

اس خیال کو ان آیات سے بھی تقویت ملتی ہے۔۔۔

إِنَّهُ لَقَوْلُ رَسُولٍ كَرِيمٍ ۝ ذِي قُوَّةٍ عِنْدَ ذِي الْعَرْشِ مَكِينٍ ۝  
مُطَاعٍ ثَمَّ أَمِينٍ ۝ وَمَا صَاحِبُكُمْ بِمَجْنُونٍ ۝  
وَلَقَدْ رَآهُ بِالْأُفُقِ الْمُبِينِ ۝

کہ بے شک یہ فرشتہ عالی مقام کی زبان کا پیغام ہے۔ جو صاحب قوت مالک عرش کے ہاں اونچے درجے والا ہے۔ سردار اور امانت دار ہے۔ اور تمہارے رفیق (محمد ﷺ) کو ہوائے نہیں ہیں۔ بے شک انہوں نے اس (فرشتے)

کو آسمان کے کھلے کنارے پر دیکھا ہے

(الشوریہ 19-23)

اب سورۃ انجیم پر جو بحث یہاں ہوئی ہے اسے صیقل refine کیا جا رہا ہے۔ یہ طور انتہائی توجہ سے پڑھی جانے کے لائق ہیں۔ دو حیرت انگیز حقائق سے پردہ اٹتا ہے۔۔۔ پہلا راز یہ کہتا ہے کہ حضرت جبرائیلؑ اپنی اصل حالت میں شعری تک ہی آئے ہیں۔۔۔ صاف دکھائی دیتا ہے کہ شعری سے آگے حضرت جبرائیلؑ اگر مزید نیچے اترتے تو زمین اور زمین کا آسمان اُن کو اُن کی اصل شکل و صورت اور جسامت میں



سوزنے کی استطاعت capacity نہیں رکھتے تھے۔۔۔ زمین اور زمین کے آسمان میں  
اپنی منہاس تھی کہ جبرائیل کی عظیم جسامت کو اپنے اندر مزید سمو سکیں contain کر سکیں  
اس لیے شعری وہ آخری حد تھی جہاں سے آسمان دنیا پر جبرائیل کو اصل حالت میں مکمل طور  
پر دکھا جاسکتا تھا۔ اس سے اللہ کے فرشتوں کی عظمت و ہیبت کا درست ترین اندازہ ملتا  
ہے کہ ان کی طاقت، ہیبت و عظمت کے آگے یہ زمین اور اس کا آسمان اتنی حیثیت بھی نہیں  
رکھتے کہ اللہ کا مقرب فرشتہ اپنی اصل حالت میں ان پر نزول کر سکے۔۔۔  
بادشاہ یہ بہت بڑا واقعہ تھا۔

اس واقعے سے یہ احساس بھی ہوتا ہے کہ اللہ نے اپنی تخلیق کردہ کبھی کبھی زبردست اور  
عظیم الشان مخلوقات پر اس کمزور انسان کو فضیلت بخشی اور اپنی خلافت کا حقدار اور امیدوار  
سمجھا۔ یہ واقعہ اللہ کی انسان سے بے پناہ محبت اور الفت کا منہ بولتا ثبوت ہے۔ انسانوں  
کو ہر حال میں لازم ہے کہ ایسے قدردان رب کی پرستش اور چاہت میں اپنی ہر خوشی قربان  
کردیں کہ ان کا رب ان پر ہر شے سے زیادہ مہربان اور ہر شے سے زیادہ محبت کرنے  
والا ہے۔

دوسری حقیقت اس تحقیق سے یہ عیاں ہوتی ہے کہ اللہ نشانیاں اس لیے بیان کرتا ہے  
انصارے اس لیے دیتا ہے کہ وہ جانتا ہے کہ وہ ہر دور کے انسان سے مخاطب ہے۔ وہ سب  
جانتا ہے کہ کس دور کے انسان میں کتنی طبیعت ہے۔ اس نے ہر دور کے انسان کو علم سکھانا  
ہے۔۔۔ اسی لئے قرآن ہر دور کے انسانوں کیلئے علم و ہدایت کا سرچشمہ ہے۔ بالعرض اگر  
قرآن میں کوئی ایسی آیت ہوتی کہ شعری ایسا ستارہ ہے جس کے گرد ایک چھوٹا سیارہ ہر  
ہفت سال کے بعد ایک ایسا چکر لگاتا ہے جو دو کمانوں کی طرح ہوتا ہے اور جبرائیل اپنی  
اصل جسامت میں وہاں تک ہی آسکتے تھے۔۔۔

تو یہ بات لازم تھی کہ اس دور کا صحرا میں رہنے والا انسان ساتویں صدی میں آج کی  
 ٹیکنالوجی کے بغیر یہ بات سمجھنے سے معذور ہوتا اور جب کہ اللہ کا یہ بھی دعویٰ ہوتا کہ قرآن  
 انسان کا نہیں بلکہ رب کا کلام ہے تو اس طرح کی کھلی آیت کے آنے سے اس کا ذہن بری  
 طرح الجھ جاتا کہ جس شے کو وہ سمجھ ہی نہیں سکتا اس پر اس کا امتحان اور حساب کس بات کا  
 ہو رہا ہے۔۔۔۔۔

اسی لیے اللہ قرآن میں نشانہ sign چھوڑتا ہے۔ اور اسی لیے وہ بار بار عزم دیتا ہے ترفیع  
 دلاتا ہے کہ میری نشانوں (نہات) پر غور کرو۔ اس نے ہر دور کے انسان کے علم کے  
 مطابق اسے آگے بڑھایا ہے۔ وہ جانتا تھا کہ شعری کی حقیقت کو تلاش کرنے والے بھ  
 میں آئیں گے اس لیے اس نے بات کو اختصار keyword میں بیان کیا۔۔۔ اور نشانہ  
 چھوڑ گیا۔۔۔ اسے پتا تھا کہ آنے والے وقتوں میں ایسے لوگ ہوں گے جو اعتراض  
 آپس میں ٹیکنالوجی، ٹیلی اسکوپس سے لیں ہوں گے ان میں اس پر ایمان رکھنے والے بھی ہوں  
 گے۔ جب وہ دیکھیں گے کہ ان کے رب نے خاص طور پر ایک ستارے کا نام لیا ہے۔۔۔۔۔  
 تو وہ چونک اٹھیں گے۔۔۔ اور تلاش کو نظمیں گے۔۔۔ پھر وہ دیکھ لیں گے کہ ان کے  
 رب نے انہیں کیا بتایا تھا۔۔۔ کاب قوسین کیا تھا۔۔۔ اور شعری کیا تھا۔۔۔ ان کا  
 رب جانتا تھا کہ وہ اسے قدامت میں بھی پہچان لیں گے اور جدت میں بھی جان لیں  
 گے۔ جیسے جیسے زمانہ آگے بڑھتا جائے گا قرآن کہتا چلا جائے گا۔۔۔ جتنی ٹیکنالوجی  
 بڑھے گی انسان پر اللہ کا تصور اتنا ہی واضح ہو کر پوری حیرت اور شان و شوکت سے نازل  
 ہوگا۔۔۔۔۔

سَلَوْنَهُمْ اِيَّا بِنَا فِي الْاَقْيَا فِي اَنْفُسِهِمْ حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَهُمْ اَنَّهُ الْحَقُّ  
 اَوَّلَهُمْ يَكْفِي بِرَبِّكَ اَنَّهُ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ ۝

مقریب ہم اپنی نشانیاں انہیں کائنات میں دکھائیں گے اور خود ان کے نفس میں  
یہاں تک کہ ان پر واضح ہو جائے گا کہ وہی حق ہے، کیا ان کے دہ کی  
یہ بات کافی نہیں کہ وہ ہر چیز کو دیکھ رہا ہے۔

(فصلت 53)

شعری ستارے کے گرد قلاب تو سیں کی موجودگی کے تمام ممکن ثبوت ایک تصوری کی حیثیت  
سے اس کتاب میں درج کر دیے ہیں اب آگے یہ تحقیق کا ذوق رکھنے والے اہل علم کا کام  
ہے کہ اس دریافت کے درست یا غلط ہونے کا فیصلہ کریں۔ جن کے پاس اسپیس کا علم ہے  
ان کے پاس قرآن نہیں ہے اور جن کے پاس قرآن ہے وہ اسپیس کو ایکسپلور کرنے سے پہلو  
تھی کیے بیٹھے ہیں۔۔۔ جو لوگ اس موضوع پر مزید تحقیق کرنا چاہیں وہ انٹرنیٹ پر sirius  
orbit کے کی ورڈ keyword کی مدد سے آگے جاسکتے ہیں۔ اس موضوع پر تمام تر  
معلومات ہارورڈ یونیورسٹی کی ویب سائٹ پر شائع ہونے والے ہارٹ لیٹ، اے۔ کے  
Bartlett, A.K کے تصنیف Theses بعنوان Sirius the dog star کے صفحہ  
87 ۴81 سے لی جاسکتی ہیں۔ اسے ہارورڈ یونیورسٹی کے جریدے Popular  
Astronomy کے اٹھارہویں ولیم میں شائع کیا گیا جسے اس وقت خاصی مقبولیت  
حاصل ہوئی۔

قرآن کو غور و فکر سے پڑھنا لازم ہے کہ سب کچھ اسی سے ملتا ہے۔ تلاوت بھی کرنی چاہیے  
لیکن تلاوت زیادہ دیر نہیں کی جاسکتی۔ غور و فکر لامحدود ہے۔ جتنا بھی کیا جائے کم ہے۔ بہت  
بڑی تعداد لوگوں کی ایسی ہے جنہوں نے صرف ناظرہ پڑھ رکھا ہے اور اسی پر اکتفا کرتے  
بٹھاتے ہیں یا پھر کبھی جذباتی ہو کر ۛ ۛ ۛ سے تھوڑا بہت کبھی ترجمہ پڑھ لیتے ہیں۔ ایسے  
بات نہیں جتنے دہلی۔۔۔

جو قرآن نہیں پڑھے گا اس پر غور نہیں کرے گا ہدایت نہیں پائے گا۔۔۔ جو اللہ کے رستے میں آگے جانا چاہے اور اللہ کے بارے میں جاننے کی خواہش رکھتا ہو۔۔۔ اسے چاہیے کہ سب سے پہلے قرآن کو اردو ترجمے کے ساتھ مکمل لازمی پڑھ لے۔ بالکل ایسے جیسے ادب کی کوئی کتاب پڑھی جاتی ہے۔

اس طرح قرآن کو ایک بار پوری توجہ کے ساتھ ایک کتاب کی طرح شروع کریں تاکہ جان سکیں کہ آخر قرآن میں لکھا کیا ہے۔ انشاء اللہ اس پڑھنے کے دوران قرآن کے دہلے سے اللہ کے ساتھ رابطہ بڑ جائے گا۔ ایک بار قرآن کو ترجمہ کی صورت مکمل پڑھ لینے سے ذہن روشن ہو جاتا ہے۔ قرآن پڑھتے ہوئے ذہن میں قرآن کے متعلق کوئی فیصلہ یا رائے قائم نہیں کرنی چاہیے۔ ایسا بھی ہوتا ہے کہ تصوف کی طرف مائل لوگوں کو قرآن سارے کا سارا تصوف لگنے لگتا ہے اور صرف شریعت کو ماننے والے لوگوں کو قرآن میں کوئی تصوف نظر نہیں آتا۔ زاویہ نظر نہیں بنانا چاہیے ورنہ جو بھی زاویہ نظر perspective آپ کا ہوگا قرآن آپ کو ویسا ہی نظر آنے لگے گا۔ کیا ہم دیکھتے نہیں کہ تمام مسالک کے ماننے والے اپنے مسلک کی مناسبت سے دلائل قرآن سے اخذ کر رہے ہوتے ہیں۔۔۔

غیر جانبدار neutral ہو کر پڑھنا ہوتا ہے۔ یہ تصور غلط ہے کہ قرآن کو صرف علماء ہی سے سمجھا جاسکتا ہے۔ علماء کا بہت بڑا کردار ہے۔ قرآن کو پڑھنے، درست تلفظ کی اور انگلی سکیں، قرآن کی وجہ سے گویں کو سمجھنے کیلئے علماء کی سہولیت ضرورت ہے اور بے شک علماء خراجِ حسین کے مستحق ہیں کہ بغیر کوئی معاوضہ لیے ہر جگہ قرآن سکھانے کیلئے کوشاں ہیں۔

یہاں بات یہ رہی ہے ذاتی طور پر قرآن کو پڑھنے اور اسے سمجھنے کی۔ پہلے خود پڑھنا ہوتا ہے۔۔۔ سمجھنا ہوتا ہے۔۔۔ کہا جاتا ہے کہ خود پڑھنے سے آدمی گمراہ بھی ہو سکتا ہے۔

ایسی کوئی بات نہیں قرآن اسے گمراہ کرتا ہے جو منافق ہوتا ہے جس کی نیت خراب ہوتی ہے۔ جو اخلاص کے ساتھ اپنے رب کو جاننے پہچاننے کیلئے قرآن پڑھے اسے اللہ کیوں گمراہ کرے گا؟

إِنَّ اللَّهَ لَا يَسْتَعِيبُ أَنْ يُطْرِبَ مَثَلًا مَّا بَعُوثَةً فَمَا فَوَّقَهَا فَمَا الَّذِينَ  
آمَنُوا فَتَعْلَمُونَ أَنَّهُ الْحَقُّ مِنْ رَبِّهِمْ وَأَمَّا الَّذِينَ كَفَرُوا فَيَقُولُونَ  
مَاذَا أَرَادَ اللَّهُ بِهَذَا مَثَلًا يُضِلُّ بِهِ كَثِيرًا وَيَهْدِي بِهِ كَثِيرًا  
وَمَا يُضِلُّ بِهِ إِلَّا الْفَاسِقِينَ

بے شک اللہ نہیں شر مانتا اس بات سے کہ کوئی مثال بیان کرے پھر کی یا اس چیز کی جو اس سے بڑھ کر ہے، سو جو لوگ مومن ہیں وہ اسے اپنے رب کی طرف سے صحیح جانتے ہیں اور جو کافر ہیں سو کہتے ہیں اللہ کا اس مثال سے کیا مطلب ہے، اللہ اس مثال سے بہتوں کو گمراہ کرتا ہے اور بہتوں کو اس سے ہدایت کرتا ہے، اور اس سے گمراہ تو بدکاروں ہی کو کیا کرتا ہے۔

(البقرہ 26)

وَلَقَدْ يَسَّنَّا الْقُرْآنَ لِلَّذِي ظَنَرْنَا أَنَّهُ أَهْلٌ لِّهَا وَمِن مَّوَدِّعِهِ  
اور البتہ ہم نے قرآن کو آسان کر دیا  
پھر کوئی ہے کہ سمجھے۔

(القدر 17)

اللہ خود کہہ رہا ہے کہ گھبراؤ مت، ڈرو نہیں اسے پڑھو میں نے اسے آسان کر دیا ہے اور ہم تمہارا خوف کھاتے ہیں کہ کہیں کسی آیت کا مطلب غلط سمجھ بیٹھے تو گمراہ ہو جائیں

گئے۔ قرآن کو علماء سے بھی سیکھنا چاہیے اور خود بھی اس پر غور کرنا چاہیے۔ اصل بات یہ ہے کہ جب کوئی قرآن پڑھنا شروع کرتا ہے تو آہستہ آہستہ آگے بڑھتے رہنے کے ساتھ اسے غور بخود تفاسیر کی ضرورت بھی محسوس ہونے لگتی ہے اور کسی عالم سے رابطہ کرنے کی اہمیت بھی بخوبی سمجھ آنے لگتی ہے۔

لوگ اسے بہانہ بنا کر قرآن میں محنت کرنے سے جی چراتے ہیں کہ عالم کے سچے علم ہمیں کچھ سمجھ نہیں آنے والا۔ کوئی پوچھے کہ جناب روکتا کون ہے؟ جا میں اور علم حاصل کریں۔ اللہ کے گھر کے دروازے بھی کھلے ہیں اور اللہ کے بندوں کے دل بھی۔۔۔۔۔۔ نہیں جانا چاہتا وہ نہ جائے مگر خود تو پڑھے۔۔۔۔۔۔ قرآن کو صرف تلاوت کرنے کیلئے طاقوں پر سجا کر رکھنا قرآن کی اصل بے ادبی ہے۔۔۔۔۔۔ یہ اللہ کی ناقدری ہے۔۔۔۔۔۔ اگر اللہ کو صرف تلاوت کروانا ہوتی تو فرشتے بہت تھے۔ انسان کو قرآن عطا فرمانے کا اصل مقصد اسے علم کا انتہائی اعلیٰ ذریعہ دینا تھا تاکہ وہ اس پر غور و فکر کر کے اپنی نجات کیلئے کام شروع کر سکے۔ قرآن سمجھنے کے بعد جو لطف تلاوت قرآن میں ہے وہ دنیا کی اور کسی نے میں نہیں۔ قرآن تو اللہ کی بندے سے براہ راست بات چیت communication ہے۔۔۔۔۔۔ قرآن اللہ تعالیٰ کی اعلیٰ ترین سائنس کی وہ شاندار اور عظیم الشان کتاب ہے جو اللہ نے براہ راست آسمانوں سے انسان کیلئے نازل کی ہے۔۔۔۔۔۔ یہ کہکشاؤں galaxies کے اس پار سے آئی کتاب ہے۔۔۔۔۔۔ قرآن اس کائنات کا مینوئل ہے۔۔۔۔۔۔ machine language ہے۔۔۔۔۔۔ اچانک سمجھ نہیں آ جاتا۔۔۔۔۔۔ پہلے بھی لکھا ہے کہ اللہ کی کائنات میں کوئی کام اچانک نہیں ہے۔ ہر شے دلیل سے ہے۔ جو اچانک دکھائی دیتا ہے اس کے پیچھے بھی ایک پورا میکانزم کارفرما ہوتا ہے۔ جو قرآن کو اخلاص سے پڑھے گا، دیکھے گا، وہی اسے سمجھے گا اور جو قرآن کو سمجھ لے گا وہ سب کچھ سمجھے

کا۔۔۔ پہلی بار قرآن کریم کو ترجمہ سے پڑھ لینے کے بعد جب باقاعدہ قرآن کریم کے مطالعے کا آغاز کیا جائے تو قرآن کا لفظی معنی والا ترجمہ سب سے ضروری ہے۔ تاکہ لفظ بہ لفظ آیات کو سمجھا جاسکے۔ اس طرح عربی سے بھی بہت جلد واقفیت پیدا ہونے لگتی ہے۔

قرآن پڑھنے کا یہ بھی ایک بہت اعلیٰ طریق ہے کہ جو بھی موضوع قرآن میں تلاوت کیا جا رہا ہو اس موضوع پر نرک کر تفصیل سے ریسرچ کرنی چاہیے مثال کے طور پر اگر سورہ کہف پڑھی جا رہی ہے تو پہلا موضوع اصحاب کہف مکمل ہونے پر آگے سورہ میں پڑھنے کی بجائے اصحاب کہف پر نرک کر ریسرچ کا آغاز کرنا چاہیے۔۔۔ انگریزی زبان پر اچھا عبور ہونا بہت ضروری ہے کیونکہ جو بھی تحقیقی مواد یا ڈیٹا آرہا ہے وہ زیادہ تر انگریزی میں ہے۔ اردو میں روایتی مذہبی مواد تو بہت سا ہے لیکن تحقیقی مواد اپ ڈیٹ نہیں ہو رہا۔۔۔ سرچ انجن سے استفادہ حاصل کرنے کا ہنر بخوبی آنا چاہیے۔ اسی طرح یوٹیوب اور انٹرنیٹ سرچ انجن کو اکثر محقق جو قرآن پر تحقیق کر رہے ہوتے ہیں نظر انداز کر دیتے ہیں۔ یہ بڑی لاپرواہی ہے۔۔۔ ویب سائٹس اور ویڈیوز کا ڈیٹا بیس بہت بیش قیمت لائبریری ہے۔ اگر تلاش کرنا آتا ہو۔۔۔ انسان غلط معلومات سے بچنے لگے اور مستند علمی ذرائع authentic source تک پہنچنا جانتا ہو تو ہر طرز کی اعلیٰ تحقیق انٹرنیٹ پر دستیاب ہے۔۔۔

مدرسے کے طلباء کو صرف تین سے چھ ماہ کا بنیادی کمپیوٹر شارٹ کورس اگر سنجیدگی سے پڑھا دیا جائے اور پھر انٹرنیٹ کے باقاعدہ استعمال کی اجازت دی جائے اور وسائل بھی مہیا کردیے جائیں تو انہی میں سے تیار ہونے والے مستقبل کے علماء کرام کا علم بلا مبالغہ کہی جاسکتا ہے کہ وہ کن طاقت سے دنیا کو چونکا کر رکھ دے گا۔ بالکل اسی طرح بہت سی ایسی ویب سائٹس بھی لکھا جو ریسرچ میں بے پناہ مدد کرتی ہیں۔ آن لائن قرآن کی اردو عربی انگلش ریسرچ سائٹ کی ویب سائٹس پر دستیاب ہے۔ اسی طرح حدیث کی تمام کتب جمع تراجم و تفاسیر

با آسانی دھونڈی جاسکتی ہیں۔ سارٹ فون پر اسلام 360 ایپ انسٹال کر لی جائے تو عربی، انگلش، ہندی سمیت اردو کے دس سے زائد تراجم بمع تفاسیر اس ایپ میں دستیاب ہیں۔ قرآت کے ساتھ اور بھی بے شمار سہولیات ہیں۔ آج کے دور میں بھی اگر کوئی کہے کہ اسے سکھانے والا کوئی نہیں یا علم تک اس کی رسائی نہیں تو یہ سوائے جہل کے اور کچھ نہیں ہے۔۔۔ قدامت اور جدت دونوں کو خوب اچھی طرح دیکھ لینے سے نفس میں خدا کا تصور نکھر جاتا ہے۔ فکشن کی جگہ حقیقت لے لیتی ہے۔۔۔ یہ بہت بڑی نعمت ہے اور اس نعمت کا حصول صرف اور صرف مسلسل محنت سے ہی ممکن ہے۔۔۔ آخر میں ذہن کو تحریک دینے اور تحقیق پر مائل کرنے کیلئے کچھ آیات اس موضوع پر ضرور دیکھ لی جائیں۔

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْخِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفُلْكِ  
الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنْفَعُ النَّاسَ وَمَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِنْ مَّاءٍ  
فَأَخْبَأَ بِهِ الْأَرْضَ بُعْدَ مَوْتِهَا وَسَقَّ فِيهَا مِنْ كُلِّ ذَاتٍ لَوْ وَضَعْتَ  
الزِّيَاحَ وَالسَّحَابَ الْمُسْتَغَرَّ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ  
لَأَنبَاطَ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ۝

بے شک آسمانوں اور زمین کے پیدا کرنے میں، اور رات اور دن کے بدلنے میں،  
اور جہازوں میں جو دریا میں لوگوں کی نفع دینے والی چیزیں لے کر چلتے ہیں، اور اس پانی  
میں جسے اللہ نے آسمان سے نازل کیا ہے پھر اس سے مردہ زمین کو زندہ کرتا ہے اور اس میں  
ہر قسم کے چلنے والے جانور پھیلاتا ہے، اور ہواؤں کے بدلنے میں، اور بادل میں جو آسمان  
اور زمین کے درمیان حکم کا تابع ہے، البتہ عقلمندوں کے لیے نشانیاں ہیں۔



فَلْيَنْظُرُوا مَا خَلَقَ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا تُغْشَى الْأَرْضُ وَالْجِبَالُ وَالْجُدُ عَنْ  
قَوْمٍ لَا يُؤْمِنُونَ ۝

کہہ دو دیکھو کہ آسمانوں اور زمین میں کیا کچھ ہے، اور بے ایمان قوم کو بھروسے  
اور ڈرانے والے کچھ فائدہ نہیں دیتے۔

(یونس 101)

لَقَدْ كَانَ فِي يُوسُفَ وَإِخْوَتِهِ آيَاتٍ لِّلسَّاعِلِينَ ۝

البتہ یوسف اور اس کے بھائیوں کے قصہ میں پوچھنے والوں کے لیے نشانیاں ہیں۔

(یوسف 7)

وَكَأَيِّن مِّنْ آيَةٍ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ لَمَّا تَعْلَمُونَ عَلَيْهَا  
وَهُمْ عَنْهَا مُعْرِضُونَ ۝

اور آسمانوں اور زمین میں بہت سی نشانیاں ہیں جن پر سے یہ گزرتے ہیں  
اور ان سے منہ پھیر لیتے ہیں۔

(یوسف 105)

وَهُوَ الَّذِي مَدَّ الْأَرْضَ وَجَعَلَ فِيهَا رَوَاسِيَ وَأَنْهَارًا وَمِمَّنْ  
فِي السَّمَرَاتِ جَعَلَ خِلَافَ الْجَنِّ النَّثْقِ يُغْشَى اللَّيْلُ السَّمَاءَ  
إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ۝

اور اسی نے زمین کو پھیلا یا اور اس میں پہاڑ اور دریا بنائے، اور زمین میں

ہر ایک پھل دو قسم کا بنایا، دن کو رات سے چھپا دیتا ہے، بے شک  
اس میں سوچنے والوں کے لیے نشانیاں ہیں۔

(الرعد 3)

وَفِي الْأَرْضِ قِطْعٌ مُتَجَاوِزَاتٌ وَجَنَاطٌ مِّنْ أَعْنَابٍ وَزَرْعٌ وَنَخِيلٌ صِنْوَانٌ  
وَعَیْرٌ صِنْوَانٌ يُسْقَى بِمَاءٍ وَاحِدٍ وَنُفْثِلُ بَعْضُهَا عَلَى بَعْضٍ فِي الْأَكْلِ إِنَّ  
فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ۝

اور زمین میں ٹکڑے ایک دوسرے سے ملے ہوئے ہیں اور انگور کے باغ ہیں  
اور کھیتیاں اور کھجوریں ہیں ایک کی جڑ ملی ہوئی بعض بن ملی انہیں پانی بھی ایک  
سی دیا جاتا ہے، اور ہم ایک کو دوسرے پر ثمرات میں فضیلت دیتے ہیں  
بے شک اس میں عقل مندوں کے لیے بڑی نشانیاں ہیں۔

(الرعد 4)

وَسَخَّرَ لَكُمُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ وَالنُّجُومَ مُسَخَّرَاتٌ  
بِأَمْرِ ۙ هَٰذَا فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ۝

اور رات اور دن اور سورج اور چاند کو تمہارے کام میں لگا دیا ہے، اور اسی کے حکم سے  
ستارے بھی کام میں لگے ہوئے ہیں، بے شک اس میں لوگوں کے لیے  
نشانیاں ہیں جو سمجھ رکھتے ہیں۔

(النحل 12)

أَلَمْ يَرَوْا إِلَى الظَّيْرِ مُسَخَّرَاتٍ فِي جَنِّ السَّمَاوَاتِ مَا يُصِيبُ كُهُنَّ إِلَّا اللَّهُ  
إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ ۝

کیا پرندوں کو نہیں دیکھتے کہ آسمان کی فضا میں حمے ہوئے ہیں،

انہیں اللہ کے سوا کون تھا مے ہوئے ہے؟

بے شک اس میں بھی ایمانداروں کے لیے بڑی نشانیاں ہیں۔

(النمل 79)

وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ آيَتَيْنِ فَمَنْعْنَا النَّاسَ مِنَ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ  
مُبْصِرَةً لِّتَسْتَعْمُوا أَفْضَلًا وَمِنْ رَبِّكُمْ وَلِتَعْلَمُوا عَدَّةَ الْبَيْنِينَ  
وَالْحِسَابِ وَكُلُّ شَيْءٍ بِفَضْلِنَا نُفَصِّلُهُ ۝

اور ہم نے رات اور دن کے دو نمونے بنائے، پھر رات کے نمونے کو دھندلا کر دیا اور دن کا  
نمونہ نظر آنے کے لیے روشن کر دیا تاکہ تم اپنے رب کا فضل تلاش کرو اور تاکہ تم برسوں کی  
گنتی اور حساب معلوم کر لو، اور ہم نے ہر چیز کی تفصیل کر دی۔

(الاسراء 12)

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ  
بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ۝ وَمِنْ آيَاتِهِ  
خَلْقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالاختلاف السِّنِّكُمْ وَأَلْوَانِكُمْ إِنَّ فِي ذَلِكَ  
لَآيَاتٍ لِّلْعَالَمِينَ ۝ وَمِنْ آيَاتِهِ مَقَامُكُمْ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَابْتِغَاءُكُمْ مِنْ  
فَطْمِئِنُّوا إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَسْتَعْمُونَ ۝ وَمِنْ آيَاتِهِ يُرْسِلُ الْهَبَّ

مصحف

حَقُّوْا وَظَمُّوْا وَيُنَادِیْ مِنَ السَّمَاءِ مَاءٌ فَيُخْرِجُ بِهِ الْاَرْضَ بَغْدًا مَّوْبِقًا  
اِنَّ فِيْ ذٰلِكَ لَاٰیٰتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُوْنَ ۝

اور اس کی نشانیوں میں سے یہ بھی ہے کہ تمہارے لیے تمہیں میں سے وہ یاں پیدا کرے گا کہ ان کے پاس چھین سے رہو اور تمہارے درمیان محبت اور مہربانی پیدا کر دی، جو لوگ غور کرتے ہیں ان کے لیے اس میں نشانیاں ہیں۔ اور اس کی نشانیوں میں سے آسمانوں اور زمین کا پیدا کرنا اور تمہاری زبانوں اور رنگوں کا مختلف ہونا ہے، بے شک اس میں علم والوں کے لیے نشانیاں ہیں۔

اور اس کی نشانیوں میں سے تمہارا رات اور دن میں سونا اور اس کے فضل کا تلاش کرنا ہے بے شک اس میں سنے والوں کے لیے نشانیاں ہیں۔ اور اس کی نشانیوں میں سے یہ ہے کہ جسمیں خوف اور امید لانے کو بجلی دکھاتا ہے اور اوپر سے پانی برساتا ہے پھر اس سے زمین خشک ہو جانے کے بعد زندہ کرتا ہے بے شک اس میں عقلمندوں کے لیے نشانیاں ہیں۔

(الروم 21-24)

وَيُؤَيِّنُكُمْ اٰیٰتِهِ فَاٰتِیْ اٰیٰتِ اللّٰهِ تُنْكِرُوْنَ ۝

اور وہ تمہیں اپنی نشانیاں دکھاتا ہے پس تم اللہ کی کون کون سی نشانیاں کا انکار کرو گے۔

(مومن 81)

اَوَلَمْ يَنْظُرُوْا فِیْ مَلَكُوْتِ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَمَا خَلَقَ اللّٰهُ مِنْ شَیْءٍ  
وَّاَنْ عَسٰی اَنْ یَّکُوْنَ قَدْ اَقْبَرَتْ اَجَلُهُمْ فَاٰتِیْ عَذِیْبٍ بَعْدَهُ یُؤْمِنُوْنَ ۝

اور کیا انہوں نے آسمان اور زمین کی سلطنت کو نہیں دیکھا اور دوسری چیزوں کو جو اللہ نے پیدا کی ہیں، اور یہ کہ ممکن ہے ان کی اہل قریب ہی ہو، پھر اس (قرآن) کے بعد کس بات پر یہ لوگ ایمان لائیں گے۔

(الاعراف 185)

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا اٰتُوْا الْكِتٰبَ ۝  
ایک کتاب ہے جو ہم نے آپ کی طرف نازل کی بڑی برکت والی تاکہ وہ اس کی آیتوں میں غور کریں اور تاکہ عقلمند نصیحت حاصل کریں۔

(ص 29)

لَوْ اَنزَلْنٰ هٰذَا الْقُرْاٰنَ عَلٰی جَبَلٍ لَّرَاٰیْتَهُ خٰشِعًا مُّتَصَدِّعًا مِّنْ خَشْيَةِ اللّٰهِ ۝  
وَبٰتِلَ الْاَفْثَالُ نَطَرٌ بُّهَا الْاِلْتِمَاسُ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُوْنَ ۝  
اگر ہم اس قرآن کو کسی پہاڑ پر نازل کرتے تو آپ اسے دیکھتے کہ اللہ کے خوف سے جھک کر پست جاتا، اور ہم یہ مثالیں لوگوں کے لیے بیان کرتے ہیں تاکہ وہ غور کریں۔

(الحشر 21)

☆☆☆☆☆☆

## محبت رسول صلی اللہ علیہ وسلم

### Affiliation with Prophet (PBUH)

اطاعت رسول اگر رہنمائہ ہو تو مسافر پر کبھی راستہ نہیں ٹھل سکتا۔۔۔ حضور کی اطاعت اپنی اصل میں حضور سے محبت ہے۔ خدا کی پہچان علم کی بغیر ممکن نہیں۔۔۔ اسی طرح حضور کی پہچان بھی علم سے عطا ہوتی ہے۔۔۔

جب سے انسان اس سیارہ زمین پر آباد ہوا ہے اس وقت سے آج تک ہر دور میں کسی نہ کسی خطے میں کوئی نہ کوئی ایسا انسان ضرور پیدا ہوتا رہا ہے جس نے بنی نوع انسان کو سیرت و کردار کی تعمیر کی دعوت دی اور اعمال کی درستگی کا درس دیا۔ ان عظیم رہنماؤں نے جنہیں پیغمبر، رسول اور نبی کہا جاتا ہے ہمیں بنیادی انسانی صفات پر احسن طریق سے قائم رہنے، حیوانوں سے ممتاز زندگی گزارنے اور بلند ترین اخلاقی صفات اپنے اندر پیدا کرنے کی تعلیم دی۔ ان تمام عظیم رہنماؤں میں سب سے ممتاز ذات مبارک حضور اکرم کی ہے۔

دنیا میں سب سے زیادہ خدا کا ذکر ہوتا ہے۔۔۔ ہر انسان چاہے وہ کسی بھی مذہب سے ہو ہر وقت اس کے ذہن میں خدا کے تصورات تشکیل پاتے رہتے ہیں۔ دنیا کا کوئی انسان خدا سے لاتعلقی ہو کر زندہ نہیں رہ سکتا۔ حتیٰ کہ لا دین atheist بھی ہر وقت خدا کے ہونے یا نہ

ہونے کی بحث میں ہے۔ اسی طرح قرآن دنیا کی سب سے زیادہ پڑھی جانے والی کتاب ہے۔۔۔ اور حضور اکرم کی ذات بابرکت اس دنیا میں سب سے زیادہ یاد کی جا رہی شخصیت ہے۔۔۔ بلاشبہ حضور کو روئے زمین پر آنے والے ہر انسان سے زیادہ چاہا گیا ہے اور چاہا جائے گا۔۔۔

”کفار اور مشرکین کو کتنا ہی ناگوار کیوں نہ ہو۔۔۔

محمد وہ ہیں جن کی تعریف کر دی گئی ہے“

دنیا میں کوئی انسان کاملیت perfection کو نہیں پہنچ سکتا۔۔۔ کوئی نہ کوئی بھی ہر شخص میں آخر کار روکھائی دے گی چاہے وہ علم و عرفان کی کتنی ہی بلندی پر کیوں نہ پہنچ جائے۔ اس دنیا میں صرف حضور کی ذات گرامی کو اللہ رب العزت نے کاملیت perfection بخشی ہے۔۔۔ حضور کی یہی فضیلت انہیں سراجا منیر کے مقام پر فائز کرتی ہے۔

اللہ نے حضور کا ذکر بلند فرما دیا ہے۔۔۔ اب اسے کون روک سکتا ہے؟ دنیا بھر میں ایسی کوئی مثال نہیں کہ ایک ایسا نبی جو چودہ سو سال پہلے اس دنیا سے گزرا وہ آج بھی دنیا کو بدل رہا ہو influence کر رہا ہو۔۔۔ تاریخ اٹھا کر دیکھ لیں۔ تمام انبیاء اپنے ادوار تک محدود رہے۔ ان کے گزر جانے کے بعد ان کی تعلیمات اور جو کتابیں خدا نے انہیں دی تھیں انہیں بدل ڈالا گیا مسخ کر دیا گیا۔

لیکن حضور پر نور کی ذات مبارک سراجا منیر ہے۔ آپ کا نور ہر آن ہر لحظہ بڑھتا ہی چلا جا رہا ہے۔ نور کو ریں تو بھید کھلتا ہے۔ حضور کی زندگی میں کفار مکہ نے یہی کیا تھا۔ پہلے انکار کیا، مسخر کیا پھر از جہیں دیں مخالفت کی انتہا کی پھر جنگیں لڑیں اور آخر کار انہیں یہ ہوا کہ فوج در فوج اسلام میں داخل ہونے لگے حضور کی اطاعت کو پہنچنے لگے۔

انتخاب بھی انتہائی احتیاط سے کیا جائے۔ ان لوگوں سے ہوشیار رہیں جو قرآن ہاتھ میں لہرا کر اونچی آوازوں میں چیخ چلا کر وعظ کرتے ہیں۔۔۔۔۔ یہ وہ لوگ ہیں جو قرآن کو اللہ کے کلام کو اپنی دنیا بنانے کیلئے استعمال کرتے ہیں۔۔۔۔۔

یہ وہ لوگ ہیں جو چیری پکنک cherry picking کے اصول کے تحت قرآن کو اپنی مرضی سے استعمال کرتے ہیں۔ یعنی اگر قرآن چیری کا درخت ہے اور آیات اس کے خوشنما پھل کی حیثیت رکھتی ہیں تو یہ بد بخت اپنی مرضی کی چیری cherry تو ڈر لوگوں کے سامنے پیش کرتے ہیں اور باقی سارا قرآن پس پشت ڈال دیتے ہیں۔۔۔۔۔ یہ قرآن کی خصوصیات کو اپنے ذہنی رہنما کے مطابق نمایاں highlight کر کے دکھاتے ہیں۔۔۔۔۔ ایسے لوگوں سے بچ کر رہنا انتہائی ضروری ہے۔

نبیؐ کی اطاعت اللہ کی اطاعت ہے۔ نفس میں محبت رسولؐ کا قیام صرف پہچان رسولؐ سے ہے اور پہچان رسولؐ سے ہی اطاعت رسولؐ پیدا ہوتی ہے۔ برسمیلؑ ذکرہ سیرت نبویؐ پر سب سے خوبصورت تصنیف مولانا صفی الرحمن مبارکپوری کی الرحیق المختوم دیکھی ہے۔ ہم اللہ کو حضورؐ کے طفیل جانتے ہیں۔ حضورؐ نے ہمیں کہا کہ میں نبی آخر الزماں ہوں ہم نے مان لیا۔ حضورؐ نے ارشاد کیا اللہ ایک ہے۔۔۔۔۔ ہم ایک اللہ پر ایمان لے آئے۔۔۔۔۔ آپؐ نے ارشاد فرمایا قرآن اللہ کی کتاب ہے ہم نے مان لیا۔۔۔۔۔

اگر حضورؐ کی ذات بابرکت درمیان میں نہ ہوتی تو ہم اس قابل کبھی نہ ہوتے کہ اللہ کو جان لیں۔۔۔۔۔ سب سے زیادہ اللہ نے حضورؐ سے محبت کی ہے۔۔۔۔۔ اور سب سے زیادہ اللہ سے محبت حضورؐ نے کی ہے۔

یہ اللہ اور بندے کی عظیم داستان محبت ہے۔

This is the greatest love story of God and human.



اللہ یہ چاہتا تھا کہ کوئی ایسی مخلوق ہو جو زبردستی یا خوف سے نہیں بلکہ اپنے ارادے اور اختیار سے اسے ڈھونڈے اسے پائے اور اس سے محبت کرے۔۔۔ حضورؐ نے یہ کر دکھایا۔۔۔ اللہ کو وہ ایک شخص درکار تھا جو اسے اپنے ارادے سے چاہے اور اس قدر چاہے جتنا کبھی کسی نے اللہ کو نہیں چاہا آقائے دو جہانؐ نے یہ محبت اللہ سے کر دکھائی۔۔۔ ہمدان اللہ

مسئلہ یہ ہوتا ہے کہ ہمیں اس بات کا احساس ہی نہیں ہوتا کہ آپؐ کی محبت ہمارے دل میں کتنی گہرائیوں میں رہ چکی ہے۔۔۔ یہاں یہ بات واضح ہونی چاہیے کہ حضورؐ سے عقیدت اور بے حضورؐ سے محبت اور شے ہے۔ ہر مسلمان کو حضورؐ سے بے پناہ عقیدت ہے۔ حضورؐ کی شان میں کہیں گستاخی کسی مسلمان کے سامنے اگر کوئی کرے تو بے شک ہر مسلمان اپنی جان حضورؐ پر قربان کرنے میں ایک لمحہ بھی تامل نہ کرے۔۔۔ لیکن یہ عقیدت ہے۔۔۔ حضورؐ سے ہمیں بے پناہ عقیدت ہے لیکن کیا ہم اپنے نبیؐ سے واقعی محبت بھی کرتے ہیں؟

اس سوال پر پوری ایمانداری سے terribly honest ہو کر غور کیا جائے تو پتا چلتا ہے کہ محبت بھی ہے لیکن اتنی نہیں ہے جتنی اپنے ماں باپ سے یا بچوں سے ہے۔ کیا یہ بات سچ نہیں کہ مسلمانوں کی بہت بڑی تعداد عشق رسولؐ کا دعویٰ رکھنے کے باوجود اسوہ رسولؐ پر کاربند نہیں دکھائی دیتی؟ اس محبت کو عقیدت سے الگ کر کے دیکھتے ہیں۔ اس کیلئے ہمیں اپنا تہذیبیہ نظر perspective وسیع enhance کرنا پڑے گا۔۔۔ فرض کیجئے موت کا وقت شروع ہو گیا۔ کچھ دیر کیلئے اپنی موت کو دیکھیں face کریں۔ غور سے دیکھئے کہ کسے وقت کیا ہو رہا ہے۔ سارے دنیاوی رشتے گم ہو رہے ہیں۔ یہ رشتے پٹے سب تنگ رہ جائیں گے اور آپؐ ہم سب آگے چلے جائیں گے۔۔۔

جہاں ہم جا رہے ہیں وہاں یہ رشتے وجود نہیں رکھتے۔ اب دیکھئے کیا نظر آ رہا ہے۔ وہاں جہاں سے جا کر کوئی واپس نہیں آتا وہاں کون سے رشتے ہیں؟ وہاں کون سے ایسے رشتے، تعلقات ہیں جو یہاں بھی ہیں اور وہاں بھی ساتھ ہیں؟ اب بات واضح ہو جائے گی۔۔۔

بے شک اللہ اور اس کا رسول دنیا میں بھی ہمارے شعور اور لاشعور سمیت ہر جگہ ہمارے ساتھ رہتے ہیں اور جب ہم مرجائیں گے تو یہی دو رشتے ہیں جو ہمیں آگے لے لیں گے۔ یہ دو ایسے

رشتے ہیں جو انسان سے کبھی گم نہیں ہو سکتے۔۔۔

انسان کی تمام فہمیں <sup>مکتبہ اہلسنت اور طہارت</sup> اللہ کا بندے سے رشتہ تو خالق اور مخلوق کا ہے اور دوسرا رشتہ ہم سے ہمارے نبی کا ہے۔ ہم رسول اللہ ﷺ کے ساتھ ہیں جو ہمیں دنیا میں بھی ہمارے شعور اور لاشعور سمیت ہر جگہ ہمارے ساتھ رہتے ہیں اور جب ہم مرجائیں گے تو یہی دو رشتے ہیں جو ہمیں آگے لے لیں گے۔ یہ دو ایسے

رشتے ہیں جو انسان سے کبھی گم نہیں ہو سکتے۔۔۔

ہم سے چھپتے پھریں گے۔۔۔ ہمارا سب سے قریب کا رشتہ حضورؐ سے ہے۔۔۔ انہی کا قبر

میں سوال کیا جائے گا۔۔۔ وہی روز محشر شفاعت کریں گے۔۔۔ اور وہی ہیں جن کو اللہ نے

کوثر عطا فرمایا ہے۔۔۔

دنیا میں کسی مسلمان کا حضورؐ سے بڑھ کر کسی اور انسان کے ساتھ کوئی رشتہ نہیں ہے۔۔۔ اس

قدر قریب کا رشتہ ہونے کے باوجود اگر انسان حضورؐ کی طرف مائل نہ ہو پائے یہ وہ بد نصیبی

ہے جسے دور کرنے کی فکر ہر شے سے زیادہ ضروری کام ہے۔۔۔ اور اتنا ضروری کام

مسلمانوں کی اکثریت نے پس پشت ڈال رکھا ہے۔۔۔ اس مقام پر اللہ کی عیب

warning بہت سخت ہے اور ڈرا دینے والی ہے۔۔۔

قُلْ إِنْ كَانَ آبَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ وَإِخْوَانُكُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ وَعَشِيرَتُكُمْ

وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسَاكِينُ تَرْفُقُونَهَا

أَحَبُّ إِلَيْكُمْ مِنْ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ فَتَرَبَّصُوا عَاشِي

يَا أَيُّهَا النَّاسُ يَا مُؤْمِرِيهِ وَاللَّهِ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ ۝

کہہ دے اگر تمہارے باپ اور بیٹے اور بھائی اور بیویاں اور برادری اور مال جو تم نے کمائے ہیں اور سوداگری جس کے بند ہونے سے تم ڈرتے ہو اور مکانات جنہیں تم پسند کرتے ہو تمہیں اللہ اور اس کے رسول اور اس کی راہ میں لڑنے سے زیادہ پیارے ہیں تو انہیں چھوڑ کر وہاں تک کہ اللہ اپنا حکم بھیجے، اور اللہ نافرمانوں کو راستہ نہیں دکھاتا۔

(التوبہ 24)

جو اللہ سے محبت کرنا چاہے گا وہ ضرور حضور کی محبت سے گزرے گا۔۔۔ یہ شرط اس لیے ہے کیونکہ یہ فطری logical ہے۔ It is bound to happen۔۔۔ حضورؐ سے کسی بھی انسان کی محبت کا اس کے پاس ایک ہی ثبوت ہے اور وہ یہ کہ اسے اس کی زندگی اسوہ حسنہ کے سانچے میں وحلی ہوئی نظر آتی ہو۔ کوئی بھی مسئلہ درپیش ہو تو وہ سیرت اور حدیث سے رجوع کرتا ہو کہ یہ معاملہ اگر میرے مئی کو درپیش آتا تو اس معاملے پر آپؐ کا رویہ کیا ہوتا۔  
بہرہ کو لوگ ایسے ہیں جو حدیث کے منکر ہیں۔۔۔ کھلم کھلا تو نہیں کہتے لیکن ان کے انداز گفتگو سے صاف نظر آتا ہے کہ حدیث کو وہ کوئی اہمیت دینے سے انکاری ہیں۔۔۔ ایسے لوگوں کو سوچنا ہوگا کہ اسلام میں سے سیرت رسولؐ جو کہ اپنی اصل میں حدیثِ رسولؐ ہے۔۔۔ اگر منہا کر دی جائے تو اسلام میں باقی ہی کیا رہ جاتا ہے؟

مگر در سالت تک کی ذات پر نور پر چودہ سو سال میں اتنا کھسا جا چکا ہے اور اس قدر عالی مقام حضورؐ کی شان بیان کر چکے ہیں کہ اس کھینے والے کی مجال نہیں اور نہ ہی یہ اوقات ہے کہ شان رسولؐ کے عظیم موضوع سے انصاف کرنے کا سوچ بھی سکے۔ اس کتاب کا یہ واحد باب ہے جس سے انصاف ممکن نہ تھا۔۔۔ اور نہ ہی علمی قابلیت اتنی بلند تھی کہ شان رسولؐ بیان کرنے کا حق ادا ہو پاتا۔۔۔ حق تو یہ ہے کہ حق ادا نہ ہوا۔۔۔

حقیر نے ایک بہانہ کی صورت حضور کی شفاعت کی امید میں اپنا حصہ ڈال دیا ہے۔۔۔ یہی کچھ آتا تھا سو یہی کچھ لکھ دیا۔۔۔ جو بھی لکھا، جیسا بھی لکھا حضور قبول فرمائیں۔۔۔ یہ خوش نصیبی کی وہ انتہا ہے کہ جس کے بعد اور کوئی خوش نصیبی درکار نہیں۔۔۔

آخر میں انجیل برناباس کا ایک باب ہے جو حضور کی تعریف اس قدر خوبصورت پیرائے میں کرتا دکھائی دیتا ہے کہ حیرت ہوتی ہے عیسائیوں کی آنکھوں پر وہ کون سا پردہ ہے جو انہیں حضور کی اطاعت میں خود کو پیش کرنے سے روکتا ہے۔

حضرت عیسیٰ نے فرمایا۔۔۔

یقین جانو۔ میں نے اس کو دیکھا ہے

اور اس کی تعظیم کی ہے جس طرح ہر نبی نے اس کو دیکھا ہے۔۔۔

اس کی روح کو دیکھنے سے ہی خدا نے ان کو نبوت دی۔۔۔

اور جب میں نے اس کو دیکھا تو میری روح سکینت سے بھر گئی۔۔۔

یہ کہتے ہوئے کہ: اے محمد خدا تمہارے ساتھ ہو۔۔۔

اور وہ مجھے تمہاری جوتی کے تسمے باندھنے کے قابل بنا دے۔۔۔

کیونکہ یہ رتبہ بھی پاؤں تو میں۔۔۔

ایک بڑا نبی اور خدا کی ایک مقدس ہستی ہو جاؤں گا۔۔۔

انجیل برناباس، باب ۴۴ (Gospel of Bernabas, Chapter 44)

☆☆☆☆☆☆

# أَعُوذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

## Devil's Introduction

ابلیس کی اصل جن ہے۔ جن مستور ہے یعنی چھپا ہوا ہے۔ جیسے جن سے جنین یعنی وہ بچے جو ماں کے رحم میں ہو اور نظر نہ آئے اسی طرح بہشت کو جنت بھی اسی لیے کہا گیا ہے کہ وہ مستور ہے نظرا سے دیکھنے سے قاصر ہے۔ کہا جاتا ہے کہ پہلے اس کا نام عزرازل تھا اور یہ دربار الہی میں مقرب ترین تھا لیکن اللہ تعالیٰ کے حکم کی نافرمانی کی وجہ سے مردود اور ملعون ٹھہرا۔ اس کا نام ابلیس بھی ہے مطلب اس کا رنج و غم کے مارے مایوس اور دل شکستہ ہو جاتا ہے۔

حضرت ابن عباسؓ فرماتے ہیں۔ ابلیس اشرف الملائکہ اور ان میں سے سب سے کرم قبیلہ سے قطع رکھتا تھا۔ وہ جنوں کا خازن تھا اس کی بادشاہت آسمان و دنیا اور زمین پر قائم تھی۔ لفظ شیطان (طعن) سے ہے اور شاطن کے معنی خبیث اور پست کے ہیں۔ شیطان وجود ہر شے پر کبر ہے۔ شیطان اسم عام (جنس) ہے جبکہ ابلیس اسم خاص (علم) ہے۔

خدا کے بعد شیطان انسان کا سب سے بڑا عالم ہے۔۔۔ یہ انسان کو ابتداءً خلق سے جان ہے۔۔۔ شیطان کی انسان سے دشمنی اپنی اصل میں مخلوقات کا حسد ہے۔۔۔ یہ jealousy between creatures ہے۔۔۔ یہ چونکہ پہلے خلق کیا گیا اور مقرب تھا۔ اس لیے ایک نئی مخلوق جس کا مستقبل اس سے زیادہ تابناک ہونے جا رہا تھا یہ اسے گوارا نہ ہو سکا۔ اسی لیے اس نے آدم کو سجدہ کرنے سے انکار کیا۔ دیکھتے ہیں اس وقت کیا ہوا تھا۔۔۔

وَلَقَدْ خَلَقْنَاكُمْ ثُمَّ صَوَّرْنَاكُمْ ثُمَّ قُلْنَا لِلْمَلٰٓئِكَةِ اسْجُدُوْا لِاٰدَمَ فَسَجَدُوْۤا اِلَّاۤ اِبْلِیْسَ لَمْ یَّکُنْ مِنَ السَّٰجِدِیْنَ ۝ قَالَ مَا مَنَعَكَ اَلَّا تَسْجُدَ اِذْ اَمَرْتُكَ قَالَ اَنَا خَيْرٌ مِّنْهُ خَلَقْتَنِیْ مِنْ تَّٰرٍ وَخَلَقْتَهُ مِنْ طِیْنٍ ۝ قَالَ فَاٰخِطْ مِنْهَا فَمَا یَكُوْنُ لَكَ اَنْ تَتَّكِبَ فِیْهَا فَاَخْرَجْ اِنَّكَ مِنَ الصّٰغِرِیْنَ ۝

قَالَ اَنْظِرْنِیْ اِلٰی یَوْمِ یُنْعَمُوْنَ ۝ قَالَ اِنَّكَ مِنَ الْمُنْظَرِیْنَ ۝ قَالَ فَبِمَا اَعْوَجْتَنِیْ لَاقَعْتَنِیْ لَهْمٌ حَرِیْطٌ ۝ اَلَمْ یَسْجُدْ لَہُمْ ۝ ثُمَّ لَا تَبِیْئُہُمْ فِیْۤہِمْ ۝ اَنْ یَّدْبِیْہُمْ ۝ وَ مِنْ خَلْفِہُمْ ۝ وَ عَنْ اَیْمَانِہُمْ ۝ وَ عَنْ شَمَائِلِہُمْ ۝ وَلَا تَجِدُ اَکْثَرَہُمْ شَاکِرِیْنَ ۝ قَالَ اَخْرَجْ مِنْهَا مَدَّۃً ۝ وَ مَا مَدَّ حُورٌ ۝ اَلَمْ یَنْ تَبِعْکَ مِنْہُمْ لَاۤ اَمْلَآئٌ جَہَنَّمُ مِنْکُمْ اَجْتَعِلُوْنَ ۝

اور ہم نے تمہیں پیدا کیا پھر تمہاری صورتیں بنائیں پھر فرشتوں کو حکم دیا کہ آدم کو سجدہ کرو، پھر سوائے ابلیس کے سب نے سجدہ کیا، وہ سجدہ کرنے والوں میں سے نہ تھا۔ فرمایا تجھے سجدہ کرنے سے کس چیز نے منع کیا ہے جب کہ میں نے تجھے حکم دیا، کہا میں اس سے بہتر ہوں کہ تو نے مجھے آگ سے بنایا اور اے مٹی سے بنایا ہے۔

پھر ان کے پاس ان کے آگے ان کے پیچھے ان کے دائیں اور ان کے بائیں سے آؤں گا، اور تو اکثر کو ان میں سے شکرت گزار نہیں پائے گا۔ فرمایا یہاں سے ذلیل و خوار ہو کر نکل جا، جو شخص ان میں سے تیرا کہا مانے گا میں تم سب کو جہنم میں بھروں گا۔

(الاعتراف 11: 18)

محلہ یارو قلعہ ناگوار، کڑے اور نازک ہیں۔۔۔

1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025, 2026, 2027, 2028, 2029, 2030, 2031, 2032, 2033, 2034, 2035, 2036, 2037, 2038, 2039, 2040, 2041, 2042, 2043, 2044, 2045, 2046, 2047, 2048, 2049, 2050, 2051, 2052, 2053, 2054, 2055, 2056, 2057, 2058, 2059, 2060, 2061, 2062, 2063, 2064, 2065, 2066, 2067, 2068, 2069, 2070, 2071, 2072, 2073, 2074, 2075, 2076, 2077, 2078, 2079, 2080, 2081, 2082, 2083, 2084, 2085, 2086, 2087, 2088, 2089, 2090, 2091, 2092, 2093, 2094, 2095, 2096, 2097, 2098, 2099, 2100, 2101, 2102, 2103, 2104, 2105, 2106, 2107, 2108, 2109, 2110, 2111, 2112, 2113, 2114, 2115, 2116, 2117, 2118, 2119, 2120, 2121, 2122, 2123, 2124, 2125, 2126, 2127, 2128, 2129, 2130, 2131, 2132, 2133, 2134, 2135, 2136, 2137, 2138, 2139, 2140, 2141, 2142, 2143, 2144, 2145, 2146, 2147, 2148, 2149, 2150, 2151, 2152, 2153, 2154, 2155, 2156, 2157, 2158, 2159, 2160, 2161, 2162, 2163, 2164, 2165, 2166, 2167, 2168, 2169, 2170, 2171, 2172, 2173, 2174, 2175, 2176, 2177, 2178, 2179, 2180, 2181, 2182, 2183, 2184, 2185, 2186, 2187, 2188, 2189, 2190, 2191, 2192, 2193, 2194, 2195, 2196, 2197, 2198, 2199, 2200, 2201, 2202, 2203, 2204, 2205, 2206, 2207, 2208, 2209, 2210, 2211, 2212, 2213, 2214, 2215, 2216, 2217, 2218, 2219, 2220, 2221, 2222, 2223, 2224, 2225, 2226, 2227, 2228, 2229, 2230, 2231, 2232, 2233, 2234, 2235, 2236, 2237, 2238, 2239, 2240, 2241, 2242, 2243, 2244, 2245, 2246, 2247, 2248, 2249, 2250, 2251, 2252, 2253, 2254, 2255, 2256, 2257, 2258, 2259, 2260, 2261, 2262, 2263, 2264, 2265, 2266, 2267, 2268, 2269, 2270, 2271, 2272, 2273, 2274, 2275, 2276, 2277, 2278, 2279, 2280, 2281, 2282, 2283, 2284, 2285, 2286, 2287, 2288, 2289, 2290, 2291, 2292, 2293, 2294, 2295, 2296, 2297, 2298, 2299, 2300, 2301, 2302, 2303, 2304, 2305, 2306, 2307, 2308, 2309, 2310, 2311, 2312, 2313, 2314, 2315, 2316, 2317, 2318, 2319, 2320, 2321, 2322, 2323, 2324, 2325, 2326, 2327, 2328, 2329, 2330, 2331, 2332, 2333, 2334, 2335, 2336, 2337, 2338, 2339, 2340, 2341, 2342, 2343, 2344, 2345, 2346, 2347, 2348, 2349, 2350, 2351, 2352, 2353, 2354, 2355, 2356, 2357, 2358, 2359, 2360, 2361, 2362, 2363, 2364, 2365, 2366, 2367, 2368, 2369, 2370, 2371, 2372, 2373, 2374, 2375, 2376, 2377, 2378, 2379, 2380, 2381, 2382, 2383, 2384, 2385, 2386, 2387, 2388, 2389, 2390, 2391, 2392, 2393, 2394, 2395, 2396, 2397, 2398, 2399, 2400, 2401, 2402, 2403, 2404, 2405, 2406, 2407, 2408, 2409, 2410, 2411, 2412, 2413, 2414, 2415, 2416, 2417, 2418, 2419, 2420, 2421, 2422, 2423, 2424, 2425, 2426, 2427, 2428, 2429, 2430, 2431, 2432, 2433, 2434, 2435, 2436, 2437, 2438, 2439, 2440, 2441, 2442, 2443, 2444, 2445, 2446, 2447, 2448, 2449, 2450, 2451, 2452, 2453, 2454, 2455, 2456, 2457, 2458, 2459, 2460, 2461, 2462, 2463, 2464, 2465, 2466, 2467, 2468, 2469, 2470, 2471, 2472, 2473, 2474, 2475, 2476, 2477, 2478, 2479, 2480, 2481, 2482, 2483, 2484, 2485, 2486, 2487, 2488, 2489, 2490, 2491, 2492, 2493, 2494, 2495, 2496, 2497, 2498, 2499, 2500, 2501, 2502, 2503, 2504, 2505, 2506, 2507, 2508, 2509, 2510, 2511, 2512, 2513, 2514, 2515, 2516, 2517, 2518, 2519, 2520, 2521, 2522, 2523, 2524, 2525, 2526, 2527, 2528, 2529, 2530, 2531, 2532, 2533, 2534, 2535, 2536, 2537, 2538, 2539, 2540, 2541, 2542, 2543, 2544, 2545, 2546, 2547, 2548, 2549, 2550, 2551, 2552, 2553, 2554, 2555, 2556, 2557, 2558, 2559, 2560, 2561, 2562, 2563, 2564, 2565, 2566, 2567, 2568, 2569, 2570, 2571, 2572, 2573, 2574, 2575, 2576, 2577, 2578, 2579, 2580, 2581, 2582, 2583, 2584, 2585, 2586, 2587, 2588, 2589, 2590, 2591, 2592, 2593, 2594, 2595, 2596, 2597, 2598, 2599, 2600, 2601, 2602, 2603, 2604, 2605, 2606, 2607, 2608, 2609, 2610, 2611, 2612, 2613, 2614, 2615, 2616, 2617, 2618, 2619, 2620, 2621, 2622, 2623, 2624, 2625, 2626, 2627, 2628, 2629, 2630, 2631, 2632, 2633, 2634, 2635, 2636, 2637, 2638, 2639, 2640, 2641, 2642, 2643, 2644, 2645, 2646, 2647, 2648, 2649, 2650, 2651, 2652, 2653, 2654, 2655, 2656, 2657, 2658, 2659, 2660, 2661, 2662, 2663, 2664, 2665, 2666, 2667, 2668, 2669, 2670, 2671, 2672, 2673, 2674, 2675, 2676, 2677, 2678, 2679, 2680, 26

ایسی تمام باتوں کے جواب میں سورہ کہف کی 50 سے 52 آیات کافی ہیں۔

وَإِذْ قُلْنَا لِلْمَلَائِكَةِ اسْجُدُوا لِآدَمَ فَسَجَدُوا إِلَّا إِبْلِيسَ كَانَ مِنَ الْجِنِّ فَفَسَقَ عَنْ أَمْرِ رَبِّهِ أَفَتَتَّخِذُونَهُ وَذُرِّيَّتَهُ أَوْلِيَاءَ مِنْ دُونِي وَهُمْ لَكُمْ عَدُوٌّ بِئْسَ لِلظَّالِمِينَ بَدَلًا ۝ مَا أَشْهَدُهُمْ خَلْقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَلَا خَلْقَ أَنْفُسِهِمْ وَمَا كُنْتُمْ مُتَعِدًّا ۝ وَيَوْمَ يَقُولُ نَادُوا هُمُ الَّذِينَ زَعَمْتُمْ فَدَعَوْهُمْ فَلَمْ يَسْتَجِيبُوا لَهُمْ وَجَعَلْنَا بَيْنَهُمُ مَوْبِقًا ۝

اور جب ہم نے فرشتوں سے کہا آدم کو سجدہ کرو تو سوائے ابلیس کے سب نے سجدہ کیا۔ وہ جنوں میں سے تھا سو اپنے رب کے حکم کی نافرمانی کی، پھر کیا تم مجھے چھوڑ کر اسے اور اس کی اولاد کو کارساز بناتے ہو حالانکہ وہ تمہارے دشمن ہیں، بے انصافوں کو برابر ملاتا۔ تو آسمان اور زمین کے بناتے وقت اور نہ خود انہیں بناتے وقت میں نے انہیں بلایا، اور میں گمراہ کرنے والوں کو اپنا مددگار بنانے والا نہ تھا۔

اور جس دن فرمائے گا کہ میرے شریکوں کو پکارو جنہیں تم مانتے تھے پھر وہ انہیں پکاریں گے سو وہ انہیں جواب نہیں دیں گے، اور ہم نے ان کے درمیان ہلاکت کی جگہ بنا دی ہے۔

(الکہف 50-52)

بے شک اللہ جانتا تھا کہ ابلیس کے دل میں غرور سا چکا ہے۔۔۔ اللہ آدم کو بتا رہا تھا۔۔۔ اللہ جانتا تھا کہ آدم کو سجدہ کرنے کی آزمائش کے دوران ابلیس کا تکبر تمام فرشتوں اور آدم پر آشکار ہو جائے گا۔۔۔ اللہ نے اپنے بے پناہ علم سے عزائیل کو ابلیس بتایا۔۔۔ اور عزائیل کو اس کے تکبر نے ابلیس بتا ڈالا۔۔۔ اللہ کسی کے ساتھ بے انصافی



نہیں کرتا۔ پیچھے دی گئی سورہ اعراف کی آیت 16 کو دوبارہ دیکھیں۔  
قَالَ فَبِمَا أَغْوَيْتَنِي لَأَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيمَ ۝

کہا جیسا تو نے مجھے گمراہ کیا ہے میں بھی ضرور ان کی تاک میں  
تیری سیدھی راہ پر بیٹھوں گا۔

(الاعراف 16)

یہ دیکھ ہے جب ابلیس کو احساس ہوا کہ اس کا وہ تکبر جسے وہ اپنے آپ میں چھپائے پھر رہا  
تو اللہ نے سب کے سامنے آشکار کر دیا ہے۔۔۔ اس پر انکشاف ہوا کہ آدم کو سجدہ صرف  
ایک امتحان test تھا۔۔۔ اس امتحان کا مقصد صرف کھوئے کو کھرے سے الگ کر ڈالنا  
تھا۔۔۔ اسی لیے اس نے اپنا جرم پکڑے جانے پر شدید رنج اور مایوسی میں بے پناہ حیرت  
سے کہا۔۔۔ جیسے تو نے مجھے گمراہ کیا۔۔۔

ان الفاظ میں ابلیس کی خبیث فطرت پوری طرح کھل چکی ہے۔ بجائے یہ کہ اپنی غلطی پر  
ندامت اور توبہ کرتا بلکہ الٹا ڈھیٹ بن کر اللہ سے کہہ رہا ہے کہ جیسے تو نے مجھے گمراہ کر دیا۔ یہ  
کیوں نہیں کہتا کہ جیسے تو نے میری خبیث فطرت ایک امتحان کے باعث مجھ میں سے باہر  
نکال کر سب پر عیاں کر دی۔

سرگرمی کی انتہا کہ مالک کون و مکاں کو چیلنج دے رہا ہے۔ ابلیس ازل سے ابلیس ہے۔۔۔  
اللہ کو کسی کوئی حاجت نہیں کہ گمراہ کرنے والوں کو اپنے منصوبوں میں شریک کرنے پر مجبور  
ہو جائے۔۔۔ ہرگز اللہ کو اس کائنات کی کوئی شے عاجز نہیں کر سکتی۔۔۔ پتھر پتلی ہمارا  
کتاب کے صفحات پر لکھا جا رہا ہے کہ۔۔۔

”آدم کو سجدہ کروانے کا ایک بڑا مقصد شیطان کی اصلیت کو

منظر عام پر لانا بھی تھا“

آدم کو سجدہ کروانے کا مقصد فرشتوں میں عز و ازا میں کو اس کے تکبر و سرکشی کی بنیاد پر مہمان کر الگ کر لینا تھا۔۔۔ یہ اللہ کے بے پناہ اور لامحدود علم کی انتہائی عظیم الشان تابندہ و درخشاں مثال ہے۔۔۔ اب بھی کسی کو اگر آدم والے سجدے کی سمجھ نہ آئے تو کچھ نہیں کیا جاسکتا۔ عجیب بحث دیکھی ہے جہاں پر یہ موضوع دیکھا وہاں علماء کو سجدہ تعظیمی کے توجیہات میں مصروف پایا ہے حالانکہ اعراف کی ان آیات میں اللہ نے صاف کھول کر سب بتایا ہے۔

انہی آیات پر مزید غور و فکر سے شیطانیت کی حیران کن حق سلیجھتی ہے۔۔۔ جب اللہ نے حکم دیا کہ تو یہاں سے اتر جا تجھے یہ لائق نہیں کہ تکبر کرے بے شک تو ذلیلوں میں سے ہے۔ چونکہ شیطان بھی بے حد علم رکھتا تھا فوراً جان گیا کہ دربار خداوندی میں اس کی اصلیت مریاں ہو چکی ہے۔ اس لیے فوراً کہا کہ مجھے اس دن تک مہلت دے جس دن قبروں سے لوگ اٹھائے جائیں گے۔ جب اللہ نے فرمایا کہ تجھے مہلت دے دی گئی ہے تو اب اگلا مکالمہ ابلیس کا خدا سے بے حد معنی خیز ہے۔ کہا۔۔۔

جیسے تو نے مجھے گمراہ کیا ہے میں بھی ضرور ان کی تاک میں تیری سیدھی راہ پر بیٹھوں گا۔ ابلیس کا اللہ سے یہ مکالمہ dialogue اس جگہ اپنے اندر انکشافات کا ایک جہان رکھتا ہے اسے سمجھنے کیلئے سورۃ البقرہ کی 30 سے 36 آیات کو دیکھنا بہت ضروری ہے۔

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَن يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ ٥ وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَى الْمَلَائِكَةِ فَقَالَ أَنْبِئُونِي بِأَسْمَاءِ هَؤُلَاءِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ ٦ قَالُوا لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ ٧ قَالَ يَا

اَقْمِ اَنْبِيَهُمْ بِاسْمَائِهِمْ فَلَمَّا اَتَتْهُمْ بِاسْمَائِهِمْ قَالَ اَلَمْ اَقُلْ لَكُمْ  
 اِنِّيْ اَعْلَمُ غَيْبِ السَّمَاوَاتِ وَالْاَرْضِ وَاَعْلَمُ مَا تُكْتُمُونَ وَمَا كُنْتُمْ  
 تَكْتُمُونَ ۝ وَاِذْ قُلْنَا لِلْمَلٰٓئِكَةِ اسْجُدُوْا لِاٰدَمَ فَسَجَدُوْا اِلَّا الْيٰسَۥسَۥۤ اٰی  
 وَاسْتَكْبَرَ وَكَانَ مِنَ الْكَافِرِيْنَ ۝ وَقُلْنَا يَا اٰدَمُ اسْكُنْ اَنْتَ وَزَوْجُكَ  
 الْجَنَّةَ وَكُلَا مِنْهَا رَغَدًا حَيْثُ شِئْتُمَا وَلَا تَقْرَبَا هَذِهِ الشَّجَرَةَ فَتَكُوْنَا  
 مِنَ الظَّٰلِمِيْنَ ۝ فَاَزَلَّهُمَا الشَّيْطٰنُ عَنْهَا فَاَخْرَجَهُمَا مِمَّا كَانَا فِيْهِ  
 وَقُلْنَا اهْبِطُوْا اَبْعَضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٍّ وَّلَكُمْ فِى الْاَرْضِ مُسْتَقَرٌّ  
 وَمَتَاعٌ ۝ اِلٰى جَنَّتِ ۝

اور جب تیرے رب نے فرشتوں سے کہا میں زمین میں ایک نائب بنانے والا ہوں۔  
 فرشتوں نے کہا کیا تو زمین میں ایسے شخص کو نائب بنانا چاہتا ہے جو فساد پھیلانے اور خون  
 بہانے والا نکلے ہم تیری حمد کے ساتھ تسبیح بیان کرتے اور تیری پاکی بیان کرتے ہیں فرمایا  
 میں جو کچھ جانتا ہوں وہ تم نہیں جانتے۔

اور اللہ نے آدم کو سب چیزوں کے نام سکھائے پھر ان سب چیزوں کو فرشتوں کے سامنے  
 پیش کیا پھر فرمایا مجھے ان کے نام بتاؤ اگر تم سچے ہو۔ انہوں نے کہا تو پاک ہے۔ ہم تو ان کا  
 جانتے ہیں جتنا تو نے ہمیں بتایا ہے۔ بے شک تو بڑے علم والا حکمت والا ہے۔ فرمایا اسے  
 آدم ان چیزوں کے نام بتا دو۔

پھر جب آدم نے انہیں ان کے نام بتا دیے فرمایا کیا میں نے تم کو نہیں کہا تھا کہ میں آسمانوں  
 اور زمین کی چھپی ہوئی چیزیں جانتا ہوں اور جو تم ظاہر کرتے ہو اور جو چھپاتے ہو اسے بھی  
 جانتا ہوں۔ اور جب ہم نے فرشتوں سے کہا کہ آدم کو سجدہ کرو تو انہوں نے سجدہ کیا مگر اے  
 کس نے انکار کیا اور تکبر کیا اور کافروں میں سے ہو گیا۔

اور ہم نے کہا اے آدم تم اور تمہاری بیوی جنت میں جا کر رہو اور اس میں جو چاہو اور جہاں سے چاہو کھاؤ اور اس درخت کے نزدیک نہ جاؤ پھر ظالموں میں سے ہو جاؤ گے۔ پھر شیطان نے ان کو وہاں سے ڈگمگایا پھر انہیں اس عزت و راحت سے نکالا کہ جس میں تھے، اور ہم نے کہا تم سب اترو کہ تم ایک دوسرے کے دشمن ہو، اور تمہارے لیے زمین میں ٹھکانا ہے اور سامان ایک وقت معین نک۔

(البقرہ 30-36)

ان آیات کے بغور مطالعے سے صاف نظر آتا ہے کہ آدم کو سجدہ کرنے سے پہلے وہ جنت گزرا تھا جب آدم نے فرشتوں کو چیزوں کے نام بتائے اور اس واقعے سے پہلے ایک دور بھی تھا جب فرشتوں نے اللہ سے انسان کے زمین میں نائب بنائے جانے پر خدشات کا اظہار کیا تھا۔ لگتا تو ایسے ہی ہے کہ فرشتوں کے ان خدشات کے پیچھے عزازیل کے عزائم کار فرما تھے۔

جیسا کہ بہت سی روایتوں سے پتا چلتا ہے کہ زمین پر آدم کی تخلیق کے عمل کے دوران عزازیل آدم میں بہت دلچسپی لے رہا تھا۔ وہ آدم میں بہت زیادہ interested بھی تھا اور suspicious بھی۔۔۔ وہ جانتا تھا کہ انسان میں نفس متشکل ہے جو خون ریزی کرنے میں اور فساد پھیلانے میں عظیم مہارت رکھتا ہے۔۔۔

جب اللہ تعالیٰ نے یہ اعلان فرمایا کہ جو آدم میں نے زمین پر تخلیق کیا ہے اسے میں اپنا نائب بنانے والا ہوں۔ اس وقت فرشتوں میں جن میں ظاہر ہے کہ عزازیل بھی ضرور شامل تھا یہ استدلال پیش کیا کہ یہ تو فساد کرے گا۔ پھر اللہ نے اسماء کے واقعہ کے ذریعے فرشتوں کو یہ بتلایا کہ جو وہ جانتا ہے فرشتے نہیں جانتے۔۔۔ اب یہاں البقرہ کی آیت 33 میں اللہ نے بڑی معنی خیز بات کی ہے۔ شاید یہ آیت عزازیل پر چوٹ ہے۔۔۔

(جو تم ظاہر کرتے ہو اور جو چھپاتے ہو میں اسے بھی جانتا ہوں) اور پھر اگلی آیت میں اللہ تعالیٰ نے وہ ظاہر کر دیا جسے چھپایا جا رہا تھا یعنی عزرا زیل کا تکبر ظاہر ہو گیا۔۔۔ عزرا زیل کو دہری مار پڑی۔۔۔ ایک تو عزرا زیل زمین پر حاکم تھا جیسے علامہ جلال سیوطی نے تفسیر درمنثور میں حضرت ابن عباس سے روایت کیا ہے کہ:

آدم کی تخلیق سے دو ہزار سال پہلے زمین پر جنات رہتے تھے انہوں نے زمین پر فساد کیا اور غوریزی کی پھر زمین پر فرشتوں کے لشکر بھیجے گئے جنہوں نے انہیں مارا اور سمندی چیزوں کی طرف بھگا دیا۔ (الدر منثور ج 2، ص 111)

زمین سے اس قدر وابستگی کی بنیاد پر عزرا زیل کے یہ بات برداشت کرنا ممکن نہ رہا کہ وہ زمین جہاں اس کی بلا شرکت غیرے حکمرانی قائم تھی اب انسان کے حوالے کر دی جائے گی۔۔۔ اور انسان بھی ایسا جو مادی حیثیت میں ہر لحاظ سے اس سے کمزور ہے۔۔۔ اب چونکہ وہ آدم کے وجود ظاہر و باطنی کا علم رکھتا تھا۔ اس مشہدِ خاک کی ہر کمزوری vulnerability سے واقف تھا۔۔۔ اس لیے اس نے اللہ سے مہلت مانگی تاکہ اللہ کو ثابت کر کے دکھائے کہ معاذ اللہ آدم کو زمین پر نامناسب بنا کر بھیجنے کا فیصلہ درست نہ تھا۔۔۔

فی ہذا زمین خلیفہ

اس کا پہلا عملی مظاہرہ اس نے آدم و حوا پر اپنے پہلے جوابی وار کی صورت میں کیا۔۔۔ اور نئی نوع انسان کو آزمائش کے تہتے ہوئے ریگزار میں لے آئے۔۔۔ جب شیطان نے کہا کہ زمین پر اس کی صلا بلا سے میری مصلحت ہے تو میرے ہونے پر اس نے کہا کہ یہ ثابت کرنا تو میرے لیے ہے۔۔۔ پہلے سے تخلیق شدہ ایک مخلوق اپنے خالق کو یہ ثابت کرنا تو میرے لیے ہے۔۔۔ چاہتی ہے کہ نئی تخلیق کی جانے والی یہ دوسری مخلوق اس سے کم تر ہے۔۔۔ شیطان جانتا ہے کہ وہ ہار چکا ہے۔۔۔ وہ پہلے دن سے جانتا ہے کہ وہ ہار چکا ہے۔۔۔ اس کا دعویٰ جاننے کیلئے سورۃ النجم 39 سے 43 آیات دیکھیں۔ النجم کی 26 سے 39 آیات میں آدم کی تخلیق اور آدم کو سجدہ کرنے کا ذکر کرنے کے بعد جب شیطان کو مہلت دے دی گئی۔۔۔

تو اب آگے مکالمہ کیجئے۔۔۔

قَالَ رَبِّ هَذَا غَوِيَّتِي لَا تَزَيِّنْ لَهُمْ فِي الْأَرْضِ وَلَا تَغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ  
إِلَّا عِبَادَكَ مِنْهُمْ الْمُخْلِصِينَ ۝ قَالَ هَذَا صِرَاطٌ عَلَيَّ مُسْتَقِيمٌ ۝  
عِبَادِي لَيْسَ لَكَ عَلَيْهِمْ سُلْطَانٌ إِلَّا مَنِ اتَّبَعَكَ مِنَ الْغَاوِينَ ۝  
وَإِنْ جَهَنَّمَ لَمُؤِيدُهُمْ أَجْمَعِينَ ۝

کہا اے میرے رب! جیسا تو نے مجھے گمراہ کیا ہے البتہ ضرور ضرور میں زمین میں انہیں ان  
کے گناہوں کو مرغوب کر کے دکھاؤں گا اور ان سب کو گمراہ کروں گا۔ سوائے تیرے ان  
بندوں کے جو ان میں تخلص ہوں گے۔ فرمایا یہ راستہ مجھ پر سیدھا ہے۔ بے شک میرے  
بندوں پر تیرا کچھ بھی بس نہیں چلے گا مگر جو گمراہوں میں سے تیرا تابعدار ہوا۔  
اور بے شک ان سب کا وعدہ دوزخ پر ہے۔

(الحجر 39-43)

ابلیس جانتا ہے کہ وہ اللہ کے تخلص بندوں کو کبھی گمراہ نہیں کر سکے گا۔۔۔ خواص تو اس کے  
نشانے پر ہیں ہی۔۔۔ لیکن اس کا اصل مقصد عوام الناس کی کثیر ترین تعداد کو بھٹکا کرنا ہے۔  
۔۔۔ خواص تو ابلیس کے ساتھ برسرِ پیکار ہوتے ہیں۔۔۔ اس سے چمکے ہوتے  
ہیں۔۔۔۔۔ خواص کے ساتھ تو ابلیس کی جنگ چلتی ہی رہتی ہے۔۔۔ اس کا اصل تر نوالہ تو  
عوام ہے۔۔۔

جو ابلیس کی طاقت کو نظر انداز کیے ہوتے ہیں underestimate کیے ہوتے  
ہیں۔۔۔۔۔ وہ عظیم اکثریت کو گمراہ کر کے اللہ کو دکھانا چاہتا ہے کہ چند ایک کو چھوڑ کر باقی  
تمام بنی نوع انسان کو اس کا گمراہ کر دینے کا دعویٰ درست تھا۔۔۔ یہ خیال ہی دل دہلا  
دینے والا ہے کہ ہم عام لوگ ابلیس کے انتقام کی اس جنگ میں ایک ایندھن کے طور پر

استعمال ہو رہے ہیں۔۔۔ ابلیس بہت بڑا دشمن ہے۔۔۔ اسے کسی صورت ہلکا نہیں لینا چاہیے۔۔۔ وہ اپنے انتقام اور حسد میں دن رات مستعد ہے اور آدم اس سے بے پرواہ دکھائی دیتا ہے۔۔۔ ہوش کرنا ہوگا۔۔۔ کہیں یہ نہ ہو کہ ابلیس ہمیں لے اڑے۔۔۔ اللہ چاہتا ہے کہ آدم کامیاب ہو۔۔۔

اللہ آدم کا خطر بھی ہے۔۔۔ اور مددگار بھی۔۔۔ ذرا دیکھئے کس قدر درود مندی سے اس رب کریم نے اپنے تخلیق کیے ہوئے انسان کو آواز دی ہے۔۔۔ اسے کچھ یاد دلایا ہے۔۔۔ اس کی غیرت کو جگایا ہے۔۔۔

يَا آدَمُ لَا يَفْتِنَنَّكَ الشَّيْطَانُ كَمَا أَخْرَجَ أَبَوَيْكَ مِنَ الْجَنَّةِ يَلْوَعُ  
عَلَيْهَا لِبَاسَهَا لِيُرِيَهَا سَوْآتِهَا إِنَّهُ يَرَاكُمْ هُوَ وَقَبِيلُهُ مِنْ حَيْثُ لَا  
تَرَوْنَهُمْ إِنَّا جَعَلْنَا الشَّيَاطِينَ أَوْلِيَاءَ لِلَّذِينَ

لَا يُؤْمِنُونَ ۝

اے آدم کی اولاد تمہیں شیطان نہ بہکائے جیسا کہ اس نے تمہارے ماں باپ کو بہشت سے نکال دیا ان سے ان کے پیڑے اتروائے تاکہ انہیں ان کی شرمگاہیں دکھائے، وہ اور اس کی قوم تمہیں دیکھتی ہے جہاں سے تم انہیں نہیں دیکھتے ہم نے شیطانوں کو ان لوگوں کا دوست بنا دیا ہے جو ایمان نہیں لاتے۔

(الاعراف 27)

یہ پرانی دشمنی ہے۔۔۔ یہ بہت ہی قدیم رنجش ہے۔۔۔ دشمن بے حد عیار اور مکار ہے۔۔۔ آدم کو ہر حال میں کامیاب ہونا ہے اور کھوئی ہوئی جگہ گم شدہ واپس پانی ہے۔۔۔ اپنا کھویا مقام حاصل کرنا ہے۔۔۔ انسان نے شیطان سے پہلی شکست ستر کے پرہیز ہو جانے پر کھائی ہے۔۔۔

خود ہا اللہ و من الشیطان کہ چننے  
 غور کرنے والوں کیلئے اس میں بہت حقائق ہیں۔۔۔ اللہ بے نیاز ہے۔۔۔ اسے کوئی فرق  
 نہیں پڑتا کہ انسان کامیاب ہو یا ناکام۔ اس نے امتحان شروع کر دیا ہے۔۔۔ اصولاً  
 چکے ہیں قانون لاگو ہو چکے ہیں۔۔۔ شیطان بھی آزاد ہے اور انسان بھی طاقت انتخاب رکھ  
 ہے۔۔۔

اب اگر انسان نے کامیاب ہوتا ہے تو اپنے لیے ہوتا ہے۔۔۔ اسے اللہ کو یہ دکھانا ہے کہ وہ  
 شیطان رجیم کے داؤ میں نہیں آیا اور اپنے رب کی طرف متوجہ رہا۔ اس کامیابی کی جز  
 ابدیت eternity ہے۔۔۔ قرب خداوندی ہے۔۔۔ اگر کوئی ناکام ہوتا ہے تو یہ جان  
 لے کہ۔۔۔ اللہ کو خلاص والے بہت ہیں۔۔۔ اور شیطان کو گمراہ بہت ہیں۔۔۔

ایک حیرت انگیز انکشاف جو ابلیس کے کردار کے مطالعے سے ہوتا ہے وہ یہ ہے کہ جس  
 طریقے سے وہ گمراہ ہوا تھا لعین وہی ماڈل اس دنیا میں آزمانے کی کوششوں میں مصروف رہ  
 ہے۔۔۔ ابلیس خواہ کتنا ہی عیار ہو اتنی عقل ہرگز اس میں نہ تھی کہ اتنے بڑے خدائی  
 منصوبے کو ناکامی سے دو چار کرنے کا خواب دیکھ سکے۔۔۔

ابلیس کو آدم کو سجدہ نہ کرنے کی پاداش میں آسمان سے نکالا گیا اور جس نے سجدہ کیا وہ مقرب  
 الہی ہو گیا اور عذاب سے مامون ہوا۔ یہ دیکھ کر ابلیس نے داؤ یہ کھیلنا کہ زمین پر بت بنائے  
 اور انسانوں کو ان بتوں کو سجدہ کرنے کی طرف راغب کیا اور وہ بھی یہ کہہ کر کہ ان بتوں کو سجدہ  
 کرنے سے وہ اللہ کے مقرب ہو جائیں گے کیونکہ یہ بت بھی اللہ کی مقرب ہستیوں کے ہیں  
 سمیان کی مدد کریں گے۔۔۔

اگر غور کیا جائے تو یہ خدا کے منصوبے کی ہو بہو نقل ہے clone ہے۔ بلاشبہ اس داؤ سے  
 ابلیس نے کزل سے لے کر آج تک انسانوں کی عظیم اکثریت کو گمراہ کر کے تباہ و برباد کر  
 ڈالا ہے۔۔۔ بت صرف مجسمے کو ہی نہیں کہتے بلکہ کسی بھی عکس image / symbol



کی جسمانی یا ذہنی طور پر حد سے بڑھتی ہوئی لذہی نگریم بت پرستی میں داخل ہو سکتی ہے۔  
 اپنی اصل میں actuality میں یہ بہت ہی پیچیدہ واقعہ ہے۔۔۔ اگر فور کیا جائے تو عقیدہ  
 کھلتا ہے کہ چونکہ مسلمانوں میں بت پرستی اسلام کے آنے سے ہمیشہ کیلئے جنوں کی  
 صورت میں ختم کر دی گئی لیکن ابلیس اسے دوسرے حیلوں بہانوں سے مسلمانوں میں  
 داخل کرنے کی کوششوں میں ہمیشہ سے ہی مصروف کار رہا ہے اور کچھ حد تک اس میں  
 کامیاب بھی ہے۔۔۔

اس کا اندازہ بازاروں، دکانوں میں جا بھا لگے پیروں فقیروں کے طلسماتی مناظر پر مشتمل  
 پوسٹرز کو دیکھ کر لگایا جاتا ہے۔ کثیر تعداد میں ایسے مزارات موجود ہیں جہاں آج بھی اعلانیہ  
 بت پرستی کی جاتی ہے۔۔۔ وہ بت پرستی کی اشکال بدل کر اسے مسلمانوں میں قابل قبول  
 بنانے میں سرگرم ہے۔۔۔

ایسے بہت سے جعلی پیر فقیر مجذوب اور نام نہاد ہالے موجود ہیں جن کا احترام عقیدت کی  
 حدوں سے باہر نکل کر کیا جاتا ہے۔۔۔ شخصیت کو personality کو ایک بت بنا کر  
 پوجا جاتا ہے۔۔۔ یہ تعویذ گنڈے، یہ ٹونے۔۔۔ سب بت پرستی کی بدلی ہوئی اشکال  
 ہیں۔۔۔ اللہ تعالیٰ ہمیں ہدایت عطا فرمائے اور دین پر درست طریق سے چلنے کی توفیق عطا  
 فرمائے۔ آمین۔

شیطان سے بچنے کیلئے نفس کا علم حاصل کرنا اشد ضروری ہے۔ نماز، روزہ، صیغ اور ذکر انسان  
 کو شیطان کے تسلط سے محفوظ رکھتے ہیں۔ اس موضوع پر چند آیات کو سمجھ لینا بہت فائدہ  
 مند ہوگا۔ انشاء اللہ۔

إِنَّ الدِّينَ اتَّقُوا إِذَا مَسَّهُمْ ظُلْمٌ مِنَ الشَّيْطَانِ تَدْعُوا  
فَإِذَا هُمْ مُنْجَرُونَ ۝

بے شک جو لوگ خدا سے ڈرتے ہیں جب انہیں کوئی خطرہ شیطان کی  
طرف سے آتا ہے تو وہ یاد میں لگ جاتے ہیں پھر اچانک  
ان کی آنکھیں کھل جاتی ہیں۔

(الاعراف 201)

وَقَالَ الشَّيْطَانُ لَمَّا قُضِيَ الْأَمْرُ إِنَّ اللَّهَ وَعَدَكُمْ وَعْدَ الْحَقِّ  
وَوَعَدْتُكُمْ فَأَخْلَفْتُكُمْ وَمَا كَانَ لِي عَلَيْكُمْ مِنْ سُلْطَانٍ إِلَّا أَنْ دَعَوْتُكُمْ  
فَأَسْتَجِبْتُمْ لِي فَلَا تَلُمُونِي وَلَوْلَا أَنْفُسُكُمْ مَا آتَايَظْرِيكُمْ وَمَا  
أَنْتُمْ بِمُنْظَرِينَ إِنِّي كَفَرْتُ بِمَا أَشْرَكْتُمُونِ مِنْ قَبْلُ إِنَّ  
الظَّالِمِينَ لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ ۝

اور جب فیصلہ ہو چکے گا تو شیطان کہے گا بے شک اللہ نے تم سے سچا وعدہ کیا تھا  
اور میں نے بھی تم سے وعدہ کیا تھا پھر میں نے وعدہ خلافی کی، اور میرا تم پر  
اس کے سوا کوئی زور نہ تھا کہ میں نے تمہیں بلایا پھر تم نے میری بات کو  
مان لیا، پھر مجھے الزام نہ دو اور اپنے آپ کو الزام دو، نہ میں تمہارا فریادرس  
ہوں اور نہ تم میرے فریادرس ہو، میں خود تمہارے اس فعل سے بیزار ہوں  
کہ تم اس سے پہلے مجھے شریک بناتے تھے، بے شک ظالموں  
کے لیے دردناک عذاب ہے۔

(ابراہیم 22)

وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنْزَغُ بَيْنَهُمْ  
إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوًّا مُبِينًا ۝

اور میرے بندوں سے کہہ دو کہ وہی بات کہیں جو بہتر ہو، بے شک شیطان آپس  
میں لڑا دیتا ہے بے شک شیطان انسان کا کھلا دشمن ہے۔

(الاسراء 53)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ وَمَنْ يَتَّبِعْ خُطُوَاتِ  
الشَّيْطَانِ فَإِنَّهُ يَأْمُرُ بِالْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَوْلَا فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكُمْ  
وَرَحْمَتُهُ مَا زَكَا مِنْكُمْ مِنْ أَحَدٍ أَبَدًا وَلَكِنَّ اللَّهَ يُزَكِّي مَن يَشَاءُ  
وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ۝

اے ایمان والو! شیطان کے قدموں پر نہ چلو، اور جو کوئی شیطان کے قدموں پر چلے گا  
سو وہ تو اسے بے حیائی اور بری باتیں ہی بتائے گا، اور اگر تم پر اللہ کا فضل اور  
اس کی رحمت نہ ہوتی تو تم میں سے کوئی بھی بھی پاک صاف نہ ہوتا  
اور لیکن اللہ جسے چاہتا ہے پاک کر دیتا ہے،  
اور اللہ سننے والا جاننے والا ہے۔

(النور 21)

الشَّيْطَانُ يَعِدُكُمُ الْفَقْرَ وَيَأْمُرُكُمْ بِالْفَحْشَاءِ وَاللَّهُ يَعِدُكُمْ  
مَغْفِرَةً مِّنْهُ وَفَضْلًا وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ ۝

شیطان تمہیں تنگدستی کا وعدہ دیتا ہے اور بے حیائی کا حکم کرتا ہے،

أَعُوذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ  
اور اللہ تمہیں اپنی بخشش اور فضل کا وعدہ دیتا ہے اور اللہ بہت کثرت  
کرنے والا سب کچھ جاننے والا ہے۔

(البقرہ 268)

يَعِدُهُمْ وَيُمَنِّيهِمْ ۖ وَمَا يَعِدُهُمُ الشَّيْطَانُ إِلَّا غُرُورًا ۝  
(شیطان) ان سے وعدے کرتا ہے اور انہیں امیدیں دلاتا ہے،  
اور ان سے صرف جھوٹے وعدے کرتا ہے۔

(النساء 120)

وَإِذَا يَلُزَمُهُنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ تَوَلَّى فَوَاسِقَهُ بِاللُّغَةِ  
إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ۝  
اور اگر تجھے کوئی دوسرا شیطان کی طرف سے آئے تو اللہ کی پناہ مانگ لیا کر،  
بے شک وہ سنے والا جاننے والا ہے۔

(الاعراف 200)

☆☆☆☆☆☆

## دعا کی حقیقت

### Reality of Prayer

دعا آواز، کلام اور دل سے اللہ کی طرف مائل ہونے کا نام ہے۔ دعا سوال ہے، التجا ہے۔ دعا پکار ہے۔ دعا اللہ اور بندے کے درمیان ایک قسم کا توسل ہے۔ ایک فانی کا ابدی سے رابطے کا ذریعہ ہے۔

جب انسان دستِ نیاز کو بارگاہِ خداوندی میں اٹھا کر خود کو ذلیل و خوار عاجز و ناتواں اور خالق کو صاحب اختیار، مالک حقیق اور بے نیاز سمجھتا ہے تب دعا قائم ہوتی ہے، ایسی حالت میں جب اس ذاتِ عظیم سے رابطہ قائم ہوتا ہے تو انسان کو ایک کیف و سرور کی کیفیت حاصل ہوتی ہے۔ اس کی روح اور دل قرار پکڑتے ہیں۔ دل کا اضطراب، الجھن اور بے قراری ناپید ہو جاتی ہے۔ محویت کے اس مقام پر تسلی اور اطمینان قلب عطا ہوتا ہے۔

یوں محسوس ہوتا ہے کہ جیسے کسی نے فریاد سن لی ہے۔۔۔ سہارا دے دیا ہے۔۔۔ کسی نے ہاتھ تھام لیا ہے۔۔۔ اب سب ٹھیک ہو جائے گا۔ یہ کیفیت دعا کی فضیلت ہے۔ دعا انسان کی قدیم ترین فطرت ہے۔ دعا کا تعلق کسی مذہب سے نہیں ہے یہ فطرت

انسان میں ہے۔ زندگی کا دباؤ جب بھی حد سے بڑھتا ہے تو انسان دعا کی طلب اپنے دل میں موجزن پاتا ہے۔ دعائیں سب کی قبول کی جاتی ہیں۔ اللہ رب العالمین ہے دوسارے انسانوں کا خدا ہے۔۔۔ طریقے مختلف ہیں مگر دعا ایک ہے۔۔۔ ہر کوئی اپنے رب سے مدد چاہتا ہے۔۔۔ یہ مرثیہ ہے۔۔۔

جب بھی انسان کسی ایسی مصیبت میں پھنس جائے جس سے نکلنے کا کوئی رستہ اسے دنیا میں بھائی نہ دیتا ہو اور نہ ہی اس کی مدد کرنے والا کوئی دکھائی دیتا ہو تو وہ اس دنیا سے ماورا کسی عظیم ترین بیرونی طاقت outside agency سے مدد چاہتا ہے۔۔۔ جسے ہر انسان اپنے اپنے کلچر اور مذہب کے مطابق مختلف ناموں سے یاد کرتا ہے۔

دعا مانگنے کے بے شمار طریقے ہیں کوئی آواز سے مانگتا ہے۔ کوئی گڑ گڑا کر روتے ہوئے سوال کرتا ہے۔ کوئی راز و نیاز میں حاجت پیش کرتا ہے۔ شدت غم اور مصیبت کے انتہائی درجات میں اشکوں سے بھری آنکھوں کا آسمان اٹھ جانا بھی دعا ہے۔ دعا اپنی اصل میں ایک کیفیت ہے۔۔۔ ایک خوبی ہے quality ہے۔۔۔ یہ خوبی حکیم کا گدا ہو جانا ہے۔۔۔ یہ نفس کی عارضی اطاعت ہے۔۔۔ کچھ ہی لمحوں کیلئے سہی۔۔۔ لیکن جب بھی یہ پیدا ہوتی ہے دعا کہلاتی ہے۔۔۔

دعا کرنے کے بعد انسان کو اس دعا کی قبولیت کی امید ہوتی ہے لیکن اکثر دیکھا گیا ہے کہ کچھ دعائیں بارگاہ الہی میں شرف قبولیت کو پہنچتی دکھائی نہیں دیتی ہیں۔۔۔ اب اللہ تو کہتا ہے کہ مانگو میں عطا کرنے والا ہوں بلکہ وہ تو دعا نہ مانگنے والے پر ناراض ہوتا ہے۔۔۔ پھر کیا وجہ ہے ہر دعا قبولیت کے درجے کو پہنچتی دکھائی نہیں دیتی اس سوال کا جواب پانے کیلئے ہمیں اس بات پر غور کرنا ہے کہ ہم دعا کیوں مانگتے ہیں۔ مشاہدہ کیا جائے تو صاف نظر آتا ہے کہ دعا کو سمجھنے میں عام طور پر انسان کی کوئی دلچسپی نہیں ہے ورنہ اس

داخل ہو جائے کہ دعا اپنی اصل میں بندے کا اللہ سے رابطہ کرنا ہے۔ بات چیت کرنا ہے communicate کرنا ہے۔ کمیونی کیشن کا بنیادی اصول یہ ہے کہ اپنی بات مکمل کرنے کے بعد دوسرے کی بات بھی سنی جائے گی۔۔۔ لیکن دعا کرتے ہوئے لوگ عام طور پر اس بات کو مکمل فراموش کر دیتے ہیں کہ اللہ سے جو سوال انہوں نے کیا ہے اس کا جواب اللہ نے کیا دیا ہے؟

اللہ انسان سے بات کرتا ہے۔۔۔ سو فیصلہ اللہ انسان کو جواب دیتا ہے respond کرتا ہے۔۔۔ اس کی دعا قبول کرتا ہے۔۔۔ لیکن یہ اللہ کی شان نہیں کہ انسان سے ایسے بات کرے جیسے آواز کے توسط سے کوئی دوسرا انسان اس سے بات کرتا ہے۔۔۔ یہ خدائی منصب کے شایان شان نہیں ہے۔۔۔ یہ خدائی پردوں کو ال کے خلاف ہے۔ اللہ عام انسان سے نشانیوں signs کی زبان میں بات کرتا ہے۔۔۔ یہ بہت ہی غور طلب امر ہے۔۔۔

ضروری ہے کہ انسان پورے ہوش و حواس اور مکمل توجہ سے سوچ سمجھ کر اللہ سے دعا کرے۔ اس کے برعکس ہوتا یہ ہے کہ اکثر اوقات دعا کو ایک تکلف formality کے طور پر ادا کیا جا رہا ہوتا ہے۔۔۔ لمبی مدت کی دعائیں بغیر کچھ سوچے سمجھے صرف روٹین کے تحت مانگی جا رہی ہوتی ہیں۔۔۔ یا اللہ مجھے دولت دے۔ میرا کاروبار پھیلا دے۔ یہ اس قسم کی دعائیں ہیں جو بہت طویل مدتی منصوبوں کی عکاسی کرتی ہیں جو دعا مانگنے والے کے ذہن میں پرورش پا رہے ہوتے ہیں۔

منہا کوئی نہیں۔۔۔ کہ بے شک اللہ قبول فرمانے والا ہے۔ لیکن اصول دعا کا یہ ہونا چاہیے کہ مختصر مدت کی دعا بھی ضرور مانگی جائے۔۔۔ جیسے فجر کی نماز میں ظہر سے پہلے کسی کام کے ہونے کی دعا۔۔۔

اسی طرح عشاء کی نماز میں صبح درجہ کی کسی مسئلے پر اللہ سے مدد کی التجا بہت ہی حیرت انگیز اثرات اپنی قبولیت میں رکھتی ہے۔ یاد رہے کہ دعا مانگ لینے کے بعد غافل نہ ہو جانا چاہیے۔۔۔ بلکہ ہر وقت الرٹ رہنا چاہیے۔۔۔ کیونکہ اللہ اس دعا کی مناسبت سے نشانیاں ظاہر کرتا ہے۔۔۔

اگر دعا کی مدت مختصر ہو اور مثال کے طور پر ہر روز دو تین دعائیں مختصر مدت کی مانگی جائیں تو سو فیصد امکانات ہیں کہ ان دعاؤں کے پورا ہونے کو اللہ کی نشانی کے طور پر دیکھا جاسکتا ہے۔ جب سمجھ آتا ہے کہ ہر دعا قبول ہے۔۔۔ کسی کام کی دعا کی جائے اور وہ انسان کے حق میں بہتر نہ ہو تو اس کام کا نہ ہو پانا بھی اپنی اصل میں اس دعا کی قبولیت ہے۔۔۔

دعا مانگتے ہوئے کوئی تذبذب ہرگز نہیں ہونا چاہیے۔۔۔ دعا مانگتے ہوئے اللہ کو یہ کہنا کہ اگر یہ میرے حق میں بہتر ہے تو کر دے ورنہ مت کر یہ ٹھیک نہیں ہے۔۔۔ جو مانگنا ہے اسے پہلے عقل پر پوری طرح پرکھ لیا جائے پھر پورے یقین سے سوال کرنا چاہیے کہ اس کائنات میں اللہ کسی بھی کام کو کر ڈالنے سے ہرگز عاجز نہیں ہے۔ ایسی دعا کہ یہ کام میرے حق میں بہتر ہے تو اسے کر دے ورنہ مت کر، یہ استخارہ ہے۔۔۔ یہ دعا سے مختلف ہے۔۔۔ استخارہ مانگنا نہیں ہے بلکہ مشورہ کرنا ہے۔۔۔ برسمیل تک کہ استخارہ صرف ایک ہے۔۔۔

اور وہ استخارہ کی مسنون دعا ہے جو حضور اکرمؐ نے ہمیں تعلیم کی ہے۔ استخارہ کا مسنون طریقہ یہ ہے کہ دن رات میں کسی بھی وقت بشرطیکہ وہ نفل کی ادائیگی کا مکروہ وقت نہ ہو دو رکعت نفل استخارہ کی نیت سے پڑھیں، نیت یہ کرے کہ میرے سامنے یہ معاملہ یا مسئلہ ہے، اس میں جو راستہ میرے حق میں بہتر ہو، اللہ تعالیٰ اس کا فیصلہ فرمادیں۔ سلام پھیر کر نماز کے بعد استخارہ کی مسنون دعا مانگیں جو حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے تلقین فرمائی ہے۔



اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَسْتَعِیْزُكَ بِعِزِّكَ، وَ اَسْتَقِیْدُكَ بِقُدْرَتِكَ، وَ اَسْأَلُكَ مِنْ  
قَضَائِكَ الْعَظِیْمِ، فَاِنَّكَ تَقْدِیْرُ وَلَا اَقْدِیْرُ، وَ تَعْلَمُ وَلَا اَعْلَمُ، وَ اَنْتَ عَلَّامُ  
الْغُیُوبِ اَللّٰهُمَّ اِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ اَنْ هَذَا الْاَمْرَ خَیْرٌ لِّیْ فِیْ دِیْنِیْ وَ مَعَاشِیْ وَ  
عَاقِبَةِ اَمْرِیْ وَ عَاجِلِهِ وَ اَجَلِهِ، فَاقْدِرْهُ لِّیْ، وَ یَسِّرْهُ لِّیْ، ثُمَّ تَبَارَكَ لَیْ فِیْهِ وَ  
اِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ اَنْ هَذَا الْاَمْرَ شَرٌّ لِّیْ فِیْ دِیْنِیْ وَ مَعَاشِیْ وَ عَاقِبَةِ اَمْرِیْ وَ  
عَاجِلِهِ وَ اَجَلِهِ، فَاصْرِفْهُ عَنِّیْ وَ اَصْرِفْنِیْ عَنْهُ، وَ اقْدِرْ لِّیْ الْخَیْرَ حَیْثُ  
كَانَ ثُمَّ اَرْضِنِیْ بِهِ.

اے اللہ! میں تیرے علم کے ذریعے تجھ سے بھلائی کا سوال کرتا ہوں اور تیری قدرت کے  
ذریعے صحت کا طلبگار ہوں۔ اور میں تیرے بہت زیادہ فضل سے سوال کرتا ہوں کیونکہ تو  
قدرت رکھتا ہے اور میں قدرت نہیں رکھتا،

تو جانتا ہے اور میں نہیں جانتا اور تو غیب کو خوب جاننے والا ہے۔ اے میرے اللہ! اگر تو  
جانتا ہے کہ یہ کام (کام کا نام لے) میرے دین میری معاش (دنیا) اور انجام کار کے  
اعتبار سے میرے لیے بہتر ہے جلد یا بدیر تو پھر تو اسے میرے مقدر میں کر دے،  
اور اسے میرے لیے آسان کر دے

اگر میرے لیے اس میں برکت پیدا فرما اور اگر تو جانتا ہے کہ یہ کام (کام کا نام لے) میرے  
دین میری معاش (دنیا) اور انجام کار کے اعتبار سے میرے لیے برا ہے جلد یا بدیر تو اس کو  
مجھ سے دور کر دے اور مجھے اس سے دور کر دے،

اور میرے لیے بہتری اور بھلائی مقدر کر دے چاہے وہ جہاں بھی ہو۔

پھر مجھے اس سے خوش کر دے۔

(الحکم بخاری مع الفتح، کتاب الدعوات حدیث 6382: ابوداؤد، 568/1)

استخارہ میں نہ کچھ دکھائی دیتا ہے نہ خواب میں اشارے وغیرہ دیئے جاتے ہیں۔ یہ غویات ہیں خود ساختہ استخارے ہیں۔ استخارہ صرف مسنون ہے جب کسی تذبذب والے مسئلے پر استخارہ کی دعا پڑھ دی تو آگے اللہ کا کام ہے کہ اس کام میں اگر انسان کی بہتری ہوگی تو کام ہو جائے گا ورنہ نہیں ہوگا۔۔۔ استخارہ جو کرتا ہے وہ کبھی رسوا نہیں ہوتا۔۔۔

دعا اور استخارے کو الگ رکھنا ہوتا ہے۔۔۔ تذبذب میں مانگی گئی دعا بھی کوئی دعا ہے؟ کون سا ایسا بھکاری کسی نے دیکھا ہے جو اس بات پر متذبذب ہو کہ وہ جو مانگ رہا ہے پتا نہیں ٹھیک ہے یا غلط ہے؟ گدائی کا سلیقہ ہونا چاہیے جو مانگتا ہے پورے ارادے سے will سے مانگنا چاہیے اور پھر دعا کی قبولیت کا ایسا یقین ہونا چاہیے جتنا اپنی موت کا ہے۔

جن لوگوں کو لگتا ہے کہ ان کی کچھ دعائیں قبول ہوتی ہیں اور کچھ نہیں۔۔۔ انہیں خبر ہونی چاہیے کہ ساری دعائیں قبول ہوتی ہیں۔۔۔ یہ انسان کا اپنا اندھا پن ہے کہ اسے دعا کی قبولیت کا عمل process دکھائی نہ دے۔۔۔

اس بات میں کوئی شک نہیں کہ دعا سے تقدیر بدلتی ہے اس کے سوا کوئی عبادت اور کوئی طریقہ ایسا نہیں جس سے انسان خود پر لکھ دی گئی تقدیر پر اثر انداز ہو سکے influence کر سکے۔ یہ صرف دعا ہے جس کے قبول کیے جانے کی صورت میں اللہ رب العزت انسان کی تقدیر میں اس انسان کی خواہش پر رد و بدل modification کرتا ہے۔

یہ عمل نظر نہیں آتا۔۔۔ یہ ٹیکنالوجی nano technology جیسا ہے۔۔۔ دعا قبول ہو جانے کے بعد مانگنے والے کے حالات، واقعات اس کی ذہنی حالت اور اس کے ارد گرد موجود کرداروں میں انتہائی غیر محسوس انداز سے تبدیلیاں کی جاتی ہیں۔۔۔ دعا اگر بہت طاقتور ہو اور قبولیت کو پہنچ جائے تو بے اوقات مانگنے والے کا سارا ماحول حتیٰ کہ زندگی بھی بدل دی جاتی ہے۔۔۔

یہ بہت بڑی طاقت ہے۔۔۔ یہ بہت بڑا اختیار ہے۔۔۔ اسے بنا سوچے سمجھے بھی استعمال نہیں کرنا چاہیے۔ یہ بندے کی خالق تک رسائی کا ذریعہ ہے۔ یہ ذاتی دعا ہے جس کی بات ہو سکتی۔ اب بہت سی دعائیں ہیں جو اللہ اور اللہ کے رسولؐ نے ہمیں عطا فرمائیں ہیں۔ ان دعاؤں میں سے قبولیت مستور ہے authenticity ہے۔ انہیں اپنی ذاتی دعا میں شامل کرنا بہت ضروری ہے۔

قرآن اور حدیث میں انبیاء کرامؑ کی بہت سی خوبصورت دعائیں ہیں۔ اپنے مزاج اور ضرورت کے مطابق کچھ دعائیں لازمی صبح، شام اور نمازوں کے بعد پڑھنی چاہئیں کہ بے شمار ایسی ضروریات اور مسائل ہیں جن کا انسان کو خود اور اک نہیں ہے۔۔۔ یہ دعائیں درپردہ ان تمام مسائل مصائب و آلام سے انسان کو بچاتی ہیں۔ جن سے وہ بے خبر ہوتا ہے۔ مثال کے طور پر سنن ابی داؤد کتاب الصلوٰۃ حدیث نمبر 1552 ملاحظہ کیجئے۔

حدثنا عبید اللہ بن عمر، حدثنا مکی بن ابیراہیم، حدثنی عبد اللہ بن سعید، عن صفی بن ابیہ، عن اقلح بن ابی ایوب، عن ابی الیسر، ان رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کان یدعو۔

ایسا میری مرضی اللہ عزوجل سے کہ رسول صلی اللہ علیہ وسلم یہ دعا مانگتے تھے اللھم اِنِّیْ اَعُوْذُ بِکَ مِنْ الْهَرَمِ، وَاَعُوْذُ بِکَ مِنَ التَّرَدِّی، وَاَعُوْذُ بِکَ مِنَ الْغَرَقِ، وَالْحَرَقِ وَالْهَرَمِ، وَاَعُوْذُ بِکَ اَنْ یَّتَخَبَّطَنِی الشَّیْطَانُ عِنْدَ الْمَوْتِ وَاَعُوْذُ بِکَ اَنْ اَمُوْتُ فِی سَبِیْلِكَ مَدْبُوْرًا، وَاَعُوْذُ بِکَ اَنْ اَمُوْتُ لَدِیْغًا "اے اللہ! کسی مکان یا دیوار کے اپنے اوپر گرنے سے میں تیری پناہ مانگتا ہوں۔ میں اونچے مقام سے گر پڑنے سے تیری پناہ مانگتا ہوں۔ میں ڈوبنے، جل جانے اور بہت بوڑھا ہو جانے سے تیری پناہ مانگتا ہوں۔ میں تیری پناہ مانگتا ہوں اس بات سے کہ موت کے وقت مجھے شیطان اچک لے۔

اس بات سے تیری پناہ مانگتا ہوں کہ میں تیری راہ میں پیچھے دکھا کر بھاگتے ہوئے مارا جاؤں اور اس بات سے تیری پناہ مانگتا ہوں کہ کسی زہریلے جانور کے کاٹنے سے میری موت آئے۔

اسی طرح دعاؤں کی اور بہت سی اقسام ہیں جو دنیا و آخرت میں انسان کو کامیاب و کامران کرنے میں اس کی بے کراں مدد کرتی ہیں جیسے:

رَبَّنَا لَا تُؤْخِمْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً،

إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ ۝

اے رب ہمارے! جب تو ہم کو ہدایت کر چکا تو ہمارے دلوں کا نہ پھیر اور اپنے ہاں سے ہمیں رحمت عطا فرما، بے شک تو بہت زیادہ دینے والا ہے۔

(آل عمران 8)

لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ

تیرے سوا کوئی معبود نہیں ہے تو بے عیب ہے، بے شک میں بے انصافوں میں سے تھا۔

(الانعام 87)

رَبِّ ارْحَمْهُمَا إِنِّي خَشِيتُكَ مِنَ الْغُلَامِ

اے میرے رب تو میری طرف جو ابھی چیز اتارے میں اس کا محتاج ہوں۔

(القصص 24)

لَكِنَّ اللَّهَ يَمُنُّ عَلَىٰ مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ  
 لیکن اللہ اپنے بندوں میں جس پر چاہتا ہے احسان کرتا ہے  
 (ابراہیم 11)

وَلَوْ أَكُنْ بِدُعَاؤِكَ رَبِّ شَقِيحًا  
 اور میرے رب! تجھ سے مانگ کر میں کبھی محروم نہیں ہوا۔  
 (مریم 4)

رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ  
 اے ہمارے رب ہمیں دنیا میں نیکی اور آخرت میں بھی نیکی دے  
 اور ہمیں دوزخ کے عذاب سے بچا۔  
 (البقرہ 201)

رَبَّنَا أَفْرِغْ عَلَيْنَا صَبْرًا وَتَسْكِنْتَ أَقْدَامَنَا وَانْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ  
 اے رب ہمارے دلوں میں صبر ڈال دے اور ہمارے پاؤں جمائے رکھ  
 اور اس کافر قوم پر ہماری مدد کر۔  
 (البقرہ 250)

رَبَّنَا ظَلَمْنَاهُ أَنْفُسَنَا وَإِنْ لَمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا  
 لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ

اے رب! ہمارے ہم نے اپنی جانوں پر ظلم کیا، اور اگر تو ہمیں نہ بخشے گا اور ہم پر رحم نہ کرے گا تو ہم ضرور تباہ ہو جائیں گے۔

(الاعراف 23)

رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا

اے میرے رب مجھے اور زیادہ علم دے۔

(طہ 114)

قَالَ رَبِّ الْمَرِّخِي صَدِّيقِي ۝ وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي ۝ وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِّن لِّسَانِي ۝ يَفْقَهُوا قَوْلِي ۝

کہا اے میرے رب میرا سینہ کھول دے۔ اور میرا کام آسان کر۔ اور میری زبان سے گہ کھول دے کہ میری بات سمجھ لیں۔

(طہ 25-28)

رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَظُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْ لَنَا فِي الْمَثَقَاتِ الْآثِمَاتِ

ہمارے رب ہمیں ہماری بیویوں اور اولاد کی طرف سے آنکھوں کی ٹھنڈک عطا فرما اور ہمیں پرہیزگاروں کا پیشوا بنا دے۔

(الفرقان 74)

أَلَمْ يَشْفِ الطُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ

مجھے روگ لگ گیا ہے حالانکہ تو سب رحم کرنے والوں سے  
زیادہ رحم کرنے والا ہے۔

(الانبیاء 83)

رَبِّ ابْنِ لِي عِنْدَكَ بَيْتًا فِي الْجَنَّةِ

اے میرے رب میرے لیے اپنے پاس جنت میں ایک گھر بنا  
(التحریم 11)

اسی طرح بہت سی ایسی دعائیں ہیں جو حضور پاکؐ نے خود بھی پڑھی ہیں اور ہمیں بھی پڑھنے  
کی تلقین فرمائیں ہے۔ چند مسنون دعائیں دیکھ لیں۔

صبح و شام کی خاص دعا

حضرت عثمانؓ فرماتے ہیں کہ رسول اللہؐ نے فرمایا ہے کہ جو بندہ صبح  
شام تین مرتبہ یہ کلمات پڑھ لیا کرے  
تو اسے کوئی ناگہانی بلا نہ پہنچے گی۔

بِسْمِ اللّٰهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ انْعُوْهِ شَيْءٌ فِي الْاَرْضِ وَلَا

فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

اللہ کے نام سے جس کے نام کے ساتھ آسمان یا زمین میں کوئی چیز نقصان نہیں  
دے سکتی اور سننے والا ہے۔

(ترمذی 3388)

## سو تے وقت تکبیر و تسبیح پڑھنا

ہم سے سلیمان بن حرب نے بیان کیا، کہا ہم سے شعبہ بن قجاج نے بیان کیا، ان سے محمد بن عینیہ نے ان سے ابن ابی لیلیٰ نے ان سے علیؑ نے کہ فاطمہؑ نے چکی پیسنے کی تکلیف کی وہ سے کہ ان کے ہاتھ مبارک کو صدمہ پہنچتا ہے تو نبی کریمؐ کی خدمت مبارک میں ایک خادم مانگنے کیلئے حاضر ہوئیں۔ نبی کریمؐ گھر میں موجود نہیں تھے اس لیے انہوں نے عائشہؑ سے ذکر کیا۔ جب آپ تشریف لائے تو عائشہؑ نے آپؐ سے اس کا ذکر کیا۔ علیؑ نے بیان کیا کہ پھر نبی کریمؐ ہمارے یہاں تشریف لائے ہم اس وقت تک بستروں پر لیٹ چکے تھے میں کھڑا ہونے لگا تو آپؐ نے فرمایا کہ کیا میں تم دونوں کو وہ چیز نہ بتا دوں جو تمہارے لیے خادم سے بھی بہتر ہو۔ جب تم اپنے بستر پر جانے لگو تو 33 مرتبہ سبحان اللہ کہو 33 مرتبہ الحمد للہ کہو اور 34 مرتبہ اللہ اکبر کہو۔ یہ تمہارے لیے خادم سے بہتر ہے۔

(بخاری 6318)

اپنے حالات کے مطابق دعائیں منتخب کر کے روزانہ ان دعاؤں کو پڑھنا بہت ہی فیروغولی کا باعث ہے۔ دعا کی تسبیح بھی کی جاسکتی ہے۔ بے شمار ایسی خوبصورت دعائیں قرآن و حدیث میں جواہرات کی طرح چمکتی ہیں۔۔۔ لیکن طوالت کے اندیشے کی وجہ سے ہم دعاؤں کا لکھنا ممکن نہیں۔۔۔ بہر حال ذرا سی کوشش سے ہر قسم کی دعا قرآن و حدیث میں آپ کو موجود ملے گی۔ دعائیں پڑھنے کے ساتھ ساتھ اپنے نفس کے کردار کی بہتری کیلئے ہمہ وقت کوشاں رہنے سے ہی دیر پا اور موثر ترین نتائج کی امید رکھی جاسکتی ہے۔۔۔



## اعلیٰ مقصد حیات

### The Ultimate Purpose of Life

مقصد حیات کے تعین میں انسانوں کی عظیم اکثریت کج فہمی کا شکار ہے۔۔۔ اس پر مستزاد یہ کہ نہیں اس بات کا احساس بھی نہیں ہے۔ انسان کو دنیا میں جینے کیلئے کسی نہ کسی مقصد کی ضرورت ہوتی ہے۔ ابتداء میں ہماری زندگی کا کوئی متعین مقصد نہیں ہوتا۔ ہم پیدا ہوتے ہیں، پڑھتے ہیں، کھاتے ہیں اور بس کھاتے ہیں۔۔۔ اس سے آگے عام طور پر کوئی سوچ نہیں ہوتی۔ ہمیں اس بات کا احساس ہی نہیں ہوتا کہ ہمیں اس سے بھی بڑھ کر دنیا میں کچھ کرنا ہے۔۔۔ زیادہ سے زیادہ یہ ہوتا ہے کہ چونکہ اللہ نے ہر انسان میں کوئی نہ کوئی خوبی رکھی ہے اور جب انسان اپنی اس خوبی سے واقف ہو جاتا ہے تو کبھی وہ سائنسدان بن کے کائنات کے رازوں کو افشاں کرتا ہے، کبھی انسانیت کی خدمت اپنا شعار بناتا ہے، بہت بڑا خدمت کے کبھی کسی قوم کا سپہا را بھی بن جاتا ہے، کبھی شاعر بن کر لوگوں کے دل کی آواز بن جاتا ہے اور اگر ایسا نہ ہو تو اس کے برعکس وہ اندھیروں میں گھر کر نہ صرف اپنی زندگی برباد کرتا ہے بلکہ بسا اوقات قبیح جرائم کا شکار ہو کر ایک ناسور کی صورت انسانیت کو صفحہ ہستی سے محو کر بھی جاتا ہے۔

آج کا مسلمان اسلام کی روح سے بیگانہ ہو کر یہود و نصاریٰ اور کفار و مشرکین کی طرح دنیاوی زندگی اور اس کے متعلقات کو اپنی زندگی کا واحد مقصد بنا چکا ہے۔ مال و دولت اور آرام و آسائش کا حصول، دنیاوی منصب و جاہ ہی اب زندگی کا مقصد دکھائی دیتا ہے۔ دور جدید کے جتنے بھی علوم ہیں ان میں مہارت صرف دنیاوی نفع کیلئے حاصل کی جا رہی ہے حالانکہ یہ دنیا نہ تو آرام و آسائش کی جگہ ہے اور نہ ہی اس کے حصول کی کوشش اس ماضی زندگی کا مقصد ہے۔ یہ تمام چیزیں جن کیلئے لوگ کوشاں ہیں انسان کی آزمائش کیلئے ہیں نہ کہ اس کی آسائش کیلئے۔۔۔ اس مقام پر اللہ تعالیٰ کا فرمان انسان کیلئے چشم کشا ہے۔

وَمَا خَلَقْتُ الْإِنْسَانَ إِلَّا لِيَعْبُدُنِي ۝

اور میں نے جن اور انسان کو بنایا ہے تو صرف اپنی بندگی کے لیے۔

(الذاریات 56)

اکثر لوگ اس بات کو جانتے ہیں اور زبان سے اس کا اقرار بھی کرتے ہیں لیکن ان کی زندگی کی روش صاف بتاتی ہے کہ انہوں نے اس کو اپنی زندگی کا مقصد نہیں بنایا۔۔۔ پھر ایک طبقہ لوگوں کا ایسا ہے جو کسی نہ کسی درجے میں اللہ کی عبادت کو اپنی زندگی کا مقصد سمجھتا ہے اور اسے پورا کرنے کی کوششوں میں بھی مصروف عمل رہتا ہے۔۔۔ لیکن وہ نقطہ عبادت کی ناقص فہم کا شکار ہے۔۔۔

اس کے نزدیک عبادت صرف نماز، روزہ، حج، زکوٰۃ و صدقات، قربانی اور دعا و اذکار تک ہی محدود ہے اور زندگی کے مختلف شعبوں میں عبادت کا کوئی تصور اس کے نزدیک نہیں ہے۔۔۔ اس لیے وہ وہاں اپنے آپ کو آزاد سمجھتا ہے۔۔۔ اس ناقص فہم کا ہی نتیجہ ہے کہ بعض لوگ نماز روزے کے تو بڑے پابند دیکھے جاتے ہیں لیکن معاملات ان کے بے حد الٹ اور خراب ہوتے ہیں۔۔۔ اس میں کوئی شک نہیں کہ یہ سب اعمال اور عبادت

علاوہ اسلام ہیں لیکن عبادات کا دائرہ اگر ان اعمال تک ہی محدود کرو یا جائے تو ظاہر ہے ان سب کا مجموعہ انسانی زندگی کے مختصر حصہ کو ہی اپنے احاطہ میں لے سکتا ہے۔۔۔ اس لیے اسے مقصد حیات کہنا بالکل مناسب نہیں ہے۔۔۔ مقصد زندگی ہونے کا تقاضا تو یہ ہے کہ اس کے دائرہ کی وسعت زندگی کے تمام شعبوں کو محیط ہو۔۔۔ بات کا مقصد یہ ہرگز نہیں کہ ہر ایک دنیا ہو کر سب کچھ چھوڑ چھاڑ کر آدمی ایک کونے میں جا لگے۔

زندگی میں علم حاصل کرنا لازم ہے۔ ترقی بھی کرنا ہوتی ہے اور مدارج بھی طے کرنا ہوتے ہیں۔ لیکن زندگی گزارنے کیلئے جو بھی کیا جائے گا وہ اعتدال میں رہتے ہوئے گزر بسر کرنے کی حد تک تو ٹھیک رہے گا لیکن اس کو مقصد حیات ہرگز نہیں کہا جاسکتا۔

إِغْلَبُوا النَّيْمَةَ الدُّنْيَا لِحُبِّ وَلَهْوٍ وَزِينَةٍ وَتَفَاهُخٍ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٍ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ كَمَثَلِ غَيْبِ الْعَجَبِ الْكُفَّارِ نَبَاتُهُ ثُمَّ يَهْبِطُ فَتَذَوُّهُ نَضْفِرُهُ ثُمَّ يَكُونُ حُطَامًا وَفِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ لِّلَّذِينَ هُمْ يَرْضَوْنَ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ ۝

ہاں لو کہ یہ دنیا کی زندگی محض کھیل اور تماشا اور زیبائش اور ایک دوسرے پر آپس میں فخر کرنا اور ایک دوسرے پر مال اور اولاد میں زیادتی چاہتا ہے، جیسے بارش کی حالت کہ اس کی بیزی سے کسانوں کو خوش کر دیا پھر وہ خشک ہو جاتی ہے تو تو اسے زرد شدہ دیکھتا ہے پھر وہ پورا پورا ہو جاتی ہے، اور آخرت میں سخت عذاب ہے، اور اللہ کی مغفرت اور اس کی خوشنودی ہے، اور دنیا کی زندگی سوائے دھوکے کے اسباب کے اور کیا ہے۔

(الحمد ۲۰)

نہیں دنیا کو اللہ بذات خود ایک دھوکا کہہ رہا ہے اس میں رہتے ہوئے اس کو حاصل کرنے کیلئے بتایا گیا کوئی بھی مقصد سوائے دھوکے کے اور کیا ہوگا؟ زندگی میں بڑا مقصد

رکھنا بہت اچھی بات ہے۔ انسانیت کی خدمت کرنا، لوگوں کو ظلم سے نجات دلانے کیلئے درست طرز کے انداز حکمرانی کے حصول کا مقصد اور اس قسم کے تمام مقاصد بے شک اصل مقاصد میں شمار ہوتے ہیں لیکن اگر اللہ کو نظر انداز کر کے انہیں اپنا یا جائے تو اپنی اصل میں ان کا شمار بھی نفس کے دھوکے میں ہوتا ہے۔۔۔ ایک ایسا دھوکہ جس کا انجام نہایت عجز کے سوا کچھ نہیں۔۔۔

ہمارا اس دنیا میں آنے کا مقصد اس کے سوا اور کوئی نہیں کہ ہم خود کو پہچانیں اور اللہ کی طرف پڑھیں۔۔۔ اس دنیا میں جی کر آخرت میں کامیابی حاصل کرنے کا مقصد ہی اصل مقصد حیات ہے۔۔۔ اللہ نے ہمیں اس دنیا میں اپنی پہچان کیلئے اپنی ذات کی شناخت کیلئے identification حاصل کرنے کیلئے بھیجا ہے۔۔۔ ہمیں یہ جانتا ہے کہ ہم کون تھا؟ ہمارا رب کون ہے؟ اور ہم سے کیا چاہتا ہے؟ اگر اللہ کی تلاش انسان کی زندگی کا اعلیٰ ترین مقصد نہ ہو تو ممکن ہی نہیں کہ وہ ڈپریشن، ٹینشن اور اینگوائٹی سے کبھی نجات پا جائے۔ اس دنیا کا نظام اتنا پیچیدہ ہے کہ اسے سمجھنے میں اور عقدہ حل کرنے میں عمر لگ جاتی ہے۔ پھر بھی دنیا ایک ایسی پیٹلی ہے کہ اس کے بارے میں سب کچھ جان کر بھی اسے کبھی جان لینا ممکن نہیں۔۔۔

انسان ساری زندگی اس پیچیدگی کو حل کرنے میں گزار دیتا ہے کہ وہ دنیا میں آخر کیا کرنے آیا ہے۔ جب کہ اصل حقیقت یہ ہے کہ ہماری دنیا میں آمد صرف اور صرف ہماری آزمائش کیلئے ہے۔۔۔ ہم یہاں اس دنیا میں کیوں آئے؟ دنیا روشن کر دی گئی۔۔۔ ایک شمع کی مانند روشنی دینے لگی۔۔۔ اور پروانے اس کے گرد جمع ہو گئے۔۔۔ ہم دنیا میں، اس دنیا کیلئے کچھ بھی کرنے نہیں آئے۔۔۔ یہ تو فانی دنیا ہے۔۔۔ ہمارا یہاں کیا کام ہے؟ ہمیں تو صرف اس دارالمرحزن میں زندگی کو جینا ہے۔۔۔ اللہ کی تلاش میں سفر کرنا ہے۔۔۔

اسے پالینا اور پھر یہاں خاک ہو جاتا ہے۔۔۔ ہماری زندگی پروانوں کی زندگی ہے۔۔۔  
 ہمارا مقصد، ہماری منزل اللہ ہے۔۔۔ یہ دنیا نہیں۔۔۔ ہمارے پاس وقت بہت کم  
 ہے۔۔۔ گنا ہوا ہے۔۔۔ نکلنا ہوا ہے۔۔۔ ہمیں بہت زیادہ محنت کرنی ہے اپنی زندگی سے  
 وقت کا نیا waste of time ختم کرنا ہے۔۔۔ وقت ضائع کرنے کے ذمہ دار جتنے  
 بھی محرکات ہیں انہیں چن چن کر اپنی زندگی سے باہر نکال پھینکنا ہے۔۔۔ ہمارے پاس  
 جتنا بھی وقت ہے وہ اللہ کا دیا ہے۔۔۔

اور ہمیں اپنا سارا وقت اللہ کو دینا ہے۔۔۔ ہمارے پیدا ہوتے ہی ہماری جنگ کا میدان  
 لگ چکا ہے۔۔۔ ہم ان گنت دشمنوں میں گھرے ہیں۔۔۔ ہمارے نفس کی صورت خود ہم  
 میں موجود ہمارا ساتھی۔۔۔ اللہ کا سب سے بڑا دشمن ہے۔۔۔ شیطان ہمارا دشمن  
 ہے۔۔۔ اور دشمن کا دشمن دوست ہوتا ہے۔۔۔ اس لیے نفس شیطان کا دوست ہے۔۔۔  
 اس دنیا کے ان گنت اربوں کھربوں محرکات اس جنگ میں دشمن کی پہچان کو دھندلانے میں  
 اس کے مددگار ہیں۔۔۔ یہ کائنات کی سب سے بڑی اور حیرت ناک جنگ ہے جو سارا  
 زمین پر آدم، نفس اور شیطان کے درمیان جاری ہے۔۔۔

انسان کو خیر ہو کہ انسان ہو نا ہرگز اتنا آسان نہیں ہے۔۔۔ کائناتی طاقتوں میں سب سے  
 نصیحت طاقت ابلیس کے روپ میں جلن اور حسد کے مارے انسان کا رستہ کھونا کرنے میں  
 اپنی شدت سے مرگرم ہے۔۔۔

اس کائنات میں آدم کا اللہ اور اس کے رسول کے سوا کوئی نہیں۔۔۔ یہ اشرف المخلوقات کی  
 جنگ ہے۔۔۔ اسے ہار جانے کی اس میں ناکام ہو جانے، بھٹک کھانے کی کوئی  
 گنجائش نہیں ہے۔۔۔ دل پر ہاتھ رکھ کر سوچئے جو انسان اللہ کی نظر کرم میں نہ ہو اس جنگ  
 میں اس کی اوقات ہی کیا ہے؟ ایسے کسی انسان میں اور کسی جانور میں فرق کیا ہے؟ انسان

نے اس امتحان کو خود نچنا ہے۔۔۔ انسان نے اس بار امانت کو خود اٹھایا ہے۔۔۔ اب یہی اس کا سب سے عظیم فرض ہے۔ اس فرض کو سنبھالنے سے آسمان وزمین اور پہاڑوں نے اس کے بوجھ اور عظمت کی وجہ سے انکار کر دیا۔ فرمان باری تعالیٰ ہے۔

إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا

ہم نے آسمانوں اور زمین اور پہاڑوں کے سامنے امانت پیش کی پھر انہوں نے اس کے اٹھانے سے انکار کر دیا اور اس سے ڈر گئے اور اسے انسان نے اٹھالیا، بے شک وہ بڑا ظالم بڑا جاہل ہے۔

#### (الاحزاب 72)

اس آیت کی سب سے اعلیٰ اور خوبصورت منظر کشی حضرت مولانا مودودی نے تفسیر الاحزاب 72 میں کی ہے۔۔۔ گویا ایک طرف زمین آسمان کی تمام مخلوقات نباتات جمادات پہاڑ سب کھڑے ہیں اور دوسرے طرف چھ فٹ کا چھوٹا سا انسان کھڑا ہے۔۔۔ مثال کے طور پر اللہ پوچھتا ہے۔۔۔ میں اپنی ساری مخلوقات میں سے کسی ایک کو یہ طاقت بخشنا چاہتا ہوں کہ وہ میری خدائی میں رہتے ہوئے خود اپنی رضا و رغبت سے میری بالائری کا اقرار اور میرے احکام کی اطاعت کرنا چاہے تو کرے ورنہ وہ میرا انکار بھی کر سکے گا۔۔۔ اور میرے خلاف بغاوت کا جھنڈا لے کر بھی اٹھ سکے گا۔۔۔ یہ آزادی اسے دے کر میں اس سے اس طرح چسپ جاؤں گا کہ گویا میں کہیں موجود ہی نہیں ہوں۔ اس آزادی کو عمل میں لانے کیلئے میں اس کو وسیع اختیارات دوں گا۔۔۔ بڑی قابلیتیں عطا کروں گا۔۔۔ اور اپنی بے شمار مخلوق پر اس کو بالادستی بخش دوں گا۔۔۔ تاکہ وہ کائنات میں جو بھی ہنگامہ برپا کرنا چاہے کر سکے۔۔۔ اس کے بعد میں ایک خاص وقت

پہاں کا حساب لوں گا۔ جس نے میری بخشی ہوئی آزادی کا غلط استعمال کیا ہوگا اسے وہ سزا  
 دیں گا جو میں نے کبھی کسی مخلوق کو نہیں دی۔۔۔ اور جس نے نافرمانی کے سارے مواقع پا کر  
 بھی میری فرمانبرداری ہی اختیار کی ہوگی اُسے وہ بلند رتبے عطا کروں گا جو میری کسی مخلوق کو  
 نصیب نہیں ہوئے ہیں۔۔۔ اب بتاؤ تم میں سے کون ہے جو اس امتحان گاہ میں اترنے کو

تیار ہے؟

یہ تقریر سن کر پہلے تو کائنات میں سناٹا چھا گیا ہوگا۔۔۔ پھر ایک سے بڑھ کر ایک گرانڈیل  
 مخلوق جھٹکے ٹپک کر التجا کرتی چلی گئی ہوگی کہ اُسے اس کڑے امتحان سے معاف رکھا  
 جائے۔۔۔ آخر کار یہ مشت استخوان اٹھا ہوگا اور کہا ہوگا۔۔۔ اے میرے رب میں یہ  
 امتحان دینے کیلئے تیار ہوں۔۔۔ اس امتحان سے کامیاب ہونے کے بعد تیری سلطنت کا  
 سب سے اونچا عہدہ مل جانے کی جو امید ہے اس کی بناء پر میں ان سب خطرات سے گزر  
 ہوں گا۔۔۔ جو اس آزادی و خود مختاری میں پوشیدہ ہیں۔۔۔ یہ نقشہ اپنی چشم تصور میں لا کر  
 ہی آدمی اچھی طرح یہ اندازہ کر سکتا ہے کہ وہ کائنات میں کس نازک مقام پر کھڑا ہوا  
 ہے۔۔۔

اب جو شخص اس امتحان گاہ میں بے فکر ابن کر رہتا ہے اور کوئی احساس نہیں رکھتا کہ وہ کتنی  
 بڑی ذمہ داری اٹھائے ہوئے ہے ایسے شخص کو اللہ تعالیٰ نے ظلم و جہول قرار دیا ہے۔ مقصد  
 حیات اللہ کی پہچان ہے۔۔۔ اور اللہ کو پہچاننا خود کو پہچانتا ہے اور خود کو پہچاننے کے لیے علم  
 حاصل کرنا پڑتا ہے۔۔۔ سارے دنیاوی علوم سے بڑا علم نفس کا ہے۔۔۔ نفس کی پہچان  
 کر لینا اسے جان لینا سارے سوالوں کا جواب ہے۔۔۔ باقی سب بحث ہے۔  
 اپنی سب تفصیل ہے۔۔۔

☆☆☆☆☆☆

## معرفتِ نفس

### Enlightenment of the Self

معرفتِ نفس اپنی اصل میں دریافت ہے۔ معرفت کے اس باب کو لکھنے کا مقصد قاری تک معرفتِ نفس کا مزید کوئی علم پہنچانا اور معلومات مہیا کرنا نہیں کہ جو لکھنا تھا لکھا جا چکا ہے۔۔۔ اس باب کو لکھنے کا مقصد، پڑھنے والے کو اس شعور اس احساس کی جانب مائل کرنا ہے کہ وہ براہِ راست اپنے نفس کو نمودار یافت کر سکتا ہے۔۔۔

عرفانِ نفس کی جس قدر ضرورت آج ہے اس سے پہلے کبھی نہ تھی۔ انسان آج ایک ایسے دور میں داخل ہو چکا ہے جس میں جیتے ہوئے وہ نہ صرف اپنے نفس کو بھول گیا ہے بلکہ وہ یہ بھی بھول گیا ہے کہ اس نے کیا بھلا دیا ہے۔ پہلے انسان کو اس بات کا احساس ہوتا تھا کہ وہ اپنے اصل کام کو اپنی اصل منزل کو بھلائے بیٹھا ہے۔ اب تو بھول جانے کا یہ احساس بھی ختم ہو چکا ہے۔ نفس کی پہچان اب ایک پرانے قصے کی اہمیت بھی نہیں رکھتی۔ اس بھول کو maya یا کہتے ہیں۔ مایا کا مطلب نفس کا دھوکا ہے Maya is illusion of the Self۔ بحیثیت انسان ہم میں سے تقریباً ہر کوئی اپنی روزمرہ زندگی میں سر سے پاؤں تک ڈوبا ہوا ہے۔ ہم کون ہیں؟ کہاں سے آئے ہیں؟ اور کدھر جا رہے ہیں؟



اس کے بارے میں سوچنا، ان سوالوں پر غور کرنا ہر لحاظ سے متروک ہو چکا ہے۔ ہم سب لوگ اپنی زندگیوں کے دور ان یہ جاننے میں ناکام رہتے ہیں کہ نفس کی اصل کیا ہے۔۔۔ ہم اللہ کو مانتے ضرور ہیں لیکن ہم میں سے بہت ہی کم، بے حد کم۔۔۔ شاید لاکھوں میں کوئی ایک ہوتا ہے جو اس کو پالیتا ہے۔۔۔ وہ جو وجود سے پرے ہے۔۔۔ وہ جو عقل سے ماوراء ہے۔۔۔ اس ناکامی کا نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ ہم ساری زندگی یہ سوچ کر گزار دیتے ہیں کہ ہم صرف جسم کی حد تک محدود ایک مخلوق ہیں جو مصنوعی ذہانت artificial intelligence سے مالا مال ہے۔

ہم سب ساری زندگی شعوری اور غیر شعوری طور پر اس خوف میں جیتے ہیں کہ یہ محدود جسم جس سے ہماری تمام تر پہچان اور شناخت قائم ہے ایک دن مرجائے گا۔۔۔ فنا ہو جائے گا۔۔۔ اس دور میں لوگوں کی عظیم اکثریت جو مذہبی رسوم و رواج پر کار بند رہتی ہے۔ نماز روزے کا اہتمام رکھتی ہے وہ خدا کی عبادت کو ایک مجبوری یا ایک شرط سمجھ کر سر انجام دیتی ہے۔ لوگ عبادت کو معاہدہ سمجھتے ہیں condition بنا لیتے ہیں۔۔۔ خدا کی عبادت کے بدلے ہم سب کو خدا سے کچھ چاہیے۔۔۔ اس دنیا میں اور آخرت میں ہمیں خدا کی عبادت کا صلہ چاہیے۔۔۔ کوئی حرج نہیں لیکن اس ساری صورت حال میں خدا کی جگہ ہمارے دل میں کہاں ہے؟ کتنی ہے؟ اور کس لیے ہے؟

ہر انسان یہ سمجھتا ہے کہ وہ خدا کو پانے کی، اسے راضی کرنے کی کوشش کر رہا ہے۔ اس کوشش سے کوئی انکشاف نہیں ہے۔۔۔ مسئلہ وہاں پیدا ہوتا ہے جہاں انسان یہ سمجھ کر مطمئن ہو جاتا ہے کہ اس نے صرف کسی بیرونی قہر پر کار بند ہو جانے کی وجہ سے اللہ کو راضی کر لیا ہے۔ صرف عبادت کو ہی سب کچھ سمجھ لینا بہت بڑی غلطی ہے۔۔۔ یہی وجہ ہے کہ تمام مذہبی کردار کارکن کے زوال، تشدد اور جبر کو پلٹتے دکھائی دیتے ہیں۔

معرّفٰت میں  
یہی حالت آج کے تصوف کی ہے جس میں صرف اندرونی معاملات و مراقبات پر توجہ دی جاتی ہے۔۔۔ اس شدت میں شریعت کی اہمیت بھلا دی جاتی ہے۔۔۔ مذہبی فرسے ہوں یا تصوف کی خوشبودار محافل۔ اگر اللہ منزل نہیں تو یہ سب کچھ ایک دھوکا ہے۔

جزا کی طلب اپنی اصل میں لالچ کی ایک قسم ہے۔۔۔ یہ اپنی انتہا میں نور غرضی ہے۔۔۔ جب طلب کی سمت اللہ کی ذات سے ہٹ کر کسی اور جانب ہو جائے تو طلب گمراہ ہو جاتی ہے۔۔۔ کوئی ثواب کی طلب میں مصروف ہے، کوئی جزا پر آنکھ رکھے ہے کسی کو جنت چاہیے، کسی کو معرفت کی طلب ہے، کوئی کشف و کرامت اور کیف و سرور کا لپک رہا ہے۔۔۔

سب دھوکا ہے، مایا ہے، سراپ ہے۔۔۔ کوئی ہے جو اللہ کو صرف اللہ سمجھ کر چاہے؟ کوئی ہے لوٹ unconditional جسے خدا کے سوا اور کسی شے کی طلب نہ ہو؟ کوئی ہے؟؟؟ اس قحط الرجال میں کوئی ایسا ہے؟

قاری کیلئے اس کتاب کو پڑھ لینے کے بعد ایک خدشہ ہے جس سے لکھنے والا خائف ہے۔۔۔ ہو سکتا ہے کہ کتاب پڑھنے کے بعد قاری کو یہ احساس ہو کہ اے معرفت تک پہنچنا ہے۔۔۔ یہ بھی ممکن ہے کہ کچھ ایسے بھی اس کتاب کو پڑھنے والے ہوں جو پڑھنے کے بعد سوچیں کہ وہ پہلے سے ہی اس سفر میں ہیں۔۔۔ اور شاید کچھ یہ احساس پائیں کہ وہ کئی نہ کسی انداز اور حد میں شاید مقام معرفت تک پہنچ چکے ہیں۔۔۔

منزل، راستہ جیسے جو بھی الفاظ اس کتاب میں جہاں کہیں بھی بیان ہوئے ہیں وہ صرف اشارے ہیں metaphors ہیں کہ آخر بیان الفاظ کا محتاج ہے۔۔۔ ورنہ نفس کی معرفت کوئی منزل نہیں ہے، یہ کوئی رستہ نہیں ہے، یہ کوئی یہاں سے وہاں تک پہنچ جاتا نہیں ہے۔۔۔ یہ کچھ ہو جانا یا کچھ بن جانا نہیں ہے۔۔۔

معرفت نفس تو پہچان کا عمل ہے۔۔۔ یہ ایک ایسا سفر ہے جو کبھی ختم نہیں ہوتا۔۔۔ معرفت بجائے خود ایک مکمل زندگی ہے۔۔۔ معرفت کچھ پا جانے کا نہیں۔۔۔ بلکہ کھودینے letting go کا نام ہے۔۔۔ اور کھودینے کا یہ سلسلہ آخری سانس تک جاری و ساری رہتا ہے۔۔۔ نفس کا عرفان موت سے پہلے مرجانے کا نام ہے۔۔۔ معرفت کی ابتدا تو ہو سکتی ہے۔۔۔ لیکن اس کی انتہا کوئی نہیں۔۔۔

ہمارا معاشرہ اور ہماری تہذیب ہمیں سکھاتے اور بتاتے ہیں کہ ہم کون ہیں۔۔۔ اور عین اسی دوران ایک وقت ہم معاشرے اور تہذیب کے ساتھ ساتھ اپنے لاشعور کی گہرائیوں میں بھی قدیم ترین حیوانی جہتوں کے بھی غلام ہوتے ہیں۔۔۔ جو ہماری ترجیحات کا انتخاب کر رہی ہوتی ہیں۔۔۔ یہ نفس کا سانچہ ہے اس کا construct ہے۔۔۔ ہر شے ہر عمل ہر مسلسل کا طلبکار ہے۔۔۔ نفس کو اس بات سے کوئی غرض نہیں ہے کہ اس کے اور جسم کے لیے کیا اچھا ہے اور کیا برا ہے۔۔۔ اسے جس عمل سے ایک بار کسی بھی طرح تسکین حاصل ہو جائے یہ بس اسے دہراتے رہتا چاہتا ہے۔۔۔

یادداشت اور دماغ اپنے اندر لامحدود وسعت اور پیچیدگی رکھتے ہیں۔۔۔ نفس خود کی شناخت چونکہ یادداشت memory اور ذہن کے طور پر کرنے پر مجبور ہوتا ہے اس لیے وہ ہمیں سماجی ڈھانچے social structure سے ہر حال میں باندھے رکھتا چاہتا ہے۔۔۔ یہ نفس کا جال ہے اس کا matrix ہے۔

انسان اپنی محدود عقل سے اپنے شعور کے کچھ ذریعوں تک تو رسائی پاسکتا ہے مگر اس سے شامسا ہو سکتا ہے لیکن لاشعور کی اتھاہ گہرائیوں میں بڑے بڑے بھیا تک اذیتوں کی طرح چھپ کر رہتی ہوئی قدیم ترین جہتوں کا سراغ اپنی محدود عقل سے اور معلومات سے بالکل اس کیلئے ناممکن ہے۔۔۔

یہی قدیم ترین جہتیں نفس کو ہر لمحہ متحرک رکھنے میں اصل کردار ادا کرتی ہیں۔۔۔ فحشی کو پانے کی بے تاب تمنا اور تکلیف کو ہر صورت نظر انداز avoid کرنے کی عادت اور اس طرح کی دوسری تمام قدیم جہلیات، ہمارے تعلقات، عقائد و نظریات، رویے، ہماری ہر سوچ حتیٰ کہ ہماری اپری زندگی پر نگران اور قابض ہوتی ہیں۔ نفس اس حالت میں نفس انسان نہیں بلکہ نفس حیوان کی حالت پر ہوتا ہے۔۔۔ یہی وجہ ہے کہ لوگوں کی غالب ترین اکثریت جانوروں کی سی زندگی گزار کر صرف اپنے کھانے اور بچنے کی فکر میں اپنی تمام تر انرجی اُجاڑ کر اس دنیا سے رخصت ہوتی نظر آتی ہے۔

لوگ اپنی زندگیاں اپنے نفوس کے ہنجروں میں قید ہو کر بھیا تک ذہنی و جسمانی افریت میں گزار دیتے ہیں اور کبھی یہ نہیں سوچتے کہ وہ اس قید سے جیتے جی آزاد بھی ہو سکتے ہیں۔ ہم ایسے ہی ہیں۔۔۔ ایسے ہی ہوتا چلا آ رہا ہے۔۔۔ یہی ہوتا ہوا دیکھا ہے۔۔۔ غلاموں کی سوچ ان کی غلامی کا اعلان ہوا کرتی ہے we are made so۔

انسان کبھی یہ نہیں سوچتا کہ وہ ماضی کی جہلی وراثتوں کے جال کو توڑ سکتا ہے اور آزاد ہو کر اسے پاسکتا ہے جو اس کے اندر، اس کے دل کی اتھاہ گہرائیوں میں اس کا منتظر ہے۔۔۔ ہم سب قدیم ترین حیوانی جہتوں کے ساتھ پیدا ہوتے ہیں لیکن پیدائش کے وقت ہمارے اذہان میں اس کا کوئی شعور نہیں ہوتا۔

یہی وجہ ہے کہ ایک معصوم بچے کی آنکھیں چمکتی ہوئی دکھائی دیتی ہیں غم و الم کی کوئی پرچھائی اس کے چہرے پر نظر نہیں آتی۔ گزرتے وقت کے ساتھ یہ معصوم اور کھلکھلاتا ہوا خوشی سے بے قابو ہوتا بچہ اپنے چہرے پر ایک کے بعد دوسرا چہرہ سمجھاتا چلا جاتا ہے۔ خود اپنے ہاتھوں اپنی اصل شناخت کھودنے کے عمل میں مصروف ہوتا یہ انسان ہر آنے والے لمحے میں پہلے سے زیادہ بے چین اور پہلے سے زیادہ فکرمین ہوتا چلا جاتا ہے۔۔۔

معرفت نفس ان تمام چہروں masks کو اپنے چہرے سے ایک ایک کر کے اتار بیٹھنے کا نام ہے۔۔۔ جسے نفس کا عرفان ہو جائے وہ کبھی اپنی شخصیت کے مختلف کرداروں سے خود کو وابستہ نہیں کر سکتا۔۔۔ معرفت آزادی ہے freedom ہے۔۔۔ اداکاری سے نجات ہے۔۔۔ جو نفس کا عارف ہو جاتا ہے وہ خوب جان لیتا اور خوب دیکھ لیتا ہے کہ دنیا ایک کھیل ہے۔۔۔ اور اس کھیل drama میں وہ محض ایک اداکار ہے۔۔۔ جس کے کئی کردار ہیں۔۔۔

وہ کردار ادا کرنے سے انکار نہیں کرتا۔۔۔ لیکن وہ جان لیتا ہے یہ اداکاری ہے حقیقت نہیں ہے۔۔۔ یہ جان لینے کے بعد وہ جذبات اور احساسات کے اس کھیل سے متاثر نہیں ہوتا۔۔۔ وہ اپنی شخصیت کے ہر کردار کی اصلیت جان چکا ہوتا ہے۔ وہ جانتا ہے کہ کھیل کے دوران آنے والے غم اور خوشیاں بھی اس کھیل کا حصہ ہیں۔۔۔ اس لیے یہ غم اور خوشیاں ایک محدود حد سے زیادہ اسے اپنی طرف بھی راغب نہیں کر پاتے۔

معرفت نفس کھیل drama کے دوران اداکار کو ہوش آ جانے کا نام ہے۔۔۔ اداکار کو اس بات کا احساس ہو جانے کا نام ہے کہ وہ اداکار ہے۔۔۔ معرفت غفلت کا پردہ چاک ہو جانا ہے awakening ہے۔۔۔

آج کا انسان غفلت maya میں اس قدر ڈوبا ہوا ہے کہ اس سے پہلے اس کی یہ بدترین حالت کبھی نہ ہوئی تھی۔ کسی اندھیرے غار میں لا تعداد زنجیروں سے بندھا ہوا انسان اس بات سے بے خبر ہے کہ ان زنجیروں کے سرے کسی جگہ بندھے ہوئے نہیں ہیں۔ وہ نہیں جانتا کہ وہ پہلے سے ہی آزاد ہے اور اسے بس اٹھ کر اس غار سے باہر روشنی میں نکل آنا ہے۔۔۔ مایا کا ایسا جال اس دنیا میں اس سے پہلے کبھی نہ تھا۔۔۔ غار کی دیواروں پر آ سیب کے سائے اسے ہر وقت حرکت کرتے ہوئے دکھائی دیتے ہیں۔

وہ ان سايوں کو اپنی زندگی سمجھتا ہے۔۔۔ اسے خبر نہیں کہ وہ کتنی تماشا puppet show دیکھ رہا ہے۔۔۔ اس کے باوجود کہ اسے اللہ قرآن میں کھول کھول کر اس غار کی اس قید اس غلامی کی بے حیثیتی، بے وقعتی کی اصلیت دکھا رہا ہے۔ اسے آزادی کی تحریک دے رہا ہے۔ انسان پھر بھی ان سايوں کو اپنی زندگی سمجھتے ہوئے ان کے نظارے میں گم ہے۔۔۔ وہ ان آسیب زدہ سايوں puppets کی محبت میں اتنا گرفتار ہو چکا ہے کہ آزادی کی نوید سننے اور سمجھ جانے کے باوجود وہ انہیں چھوڑنے کو تیار نہیں ہے۔ انسان یہ سمجھتا ہے کہ سوچ کی دنیا ہی اس کی دنیا ہے۔۔۔ جب کہ سوچ سے پرے ایک ایسی دنیا ہے۔۔۔ جو سوچ اور خیال کی نظر سے کبھی دکھائی نہیں دے سکتی۔۔۔

کیا ہم اس غار سے باہر نکل آئے کو تیار ہیں؟ کیا ہم جاننا چاہتے ہیں کہ ہم کون ہیں؟

اس کیلئے ہمیں اس کتنی تماشا puppet show سے نظریں ہٹانا ہوں گی۔۔۔ اور سے چھن کر آتی ہوئی روشنی کی طرف دیکھنا ہوگا۔۔۔ جو شخص سدا اندھروں میں رہنے کا عادی ہو وہ ایک دم روشنی کو نہیں پاسکتا۔۔۔ اسے دھیرے دھیرے دور کہیں سے دکھائی دیتی روشنی کی طرف چلنا شروع کرنا ہوگا۔۔۔ ایک ایک قدم اسے اندھیرے سے روشنی کو لے کر جائے گا۔۔۔

پرانی زندگی سے نجات اور نئی زندگی سے مانوس ہونے میں وقت لگتا ہے۔۔۔ صبر اور بے پناہ قوت برداشت سے آہستہ آہستہ نفس کے مہیب تاریک سائے آخر چھٹنے لگتے ہیں اور روشنی کی کرنیں دکھائی دینے لگتی ہیں۔۔۔ پھر احساس ہوتا ہے۔۔۔ اور اک کے کہاں خانوں میں بھلیاں کوندتی ہیں۔۔۔ جب انسان کو پہلی بار دکھائی دیتا ہے کہ وہ کسی قید خانے میں نہیں تھا۔۔۔ بلکہ وہ خود اپنی ذات میں ایک مکمل قید خانہ تھا۔۔۔ یہ قید خانہ غفلت maya ہے۔۔۔

آج کا نام نہاد تصوف اپنے ناقص علم سے سالک کو اس غار سے متعارف تو کسی نہ کسی انداز سے شاید کر دے دیتا ہے لیکن اس سے نکلنے کا کوئی راستہ اسے ہرگز نہیں بتا سکتا۔ یہ بہت نوزدیک صورتحال ہوتی ہے۔ پہلے انسان صرف خواب میں تھا اب مراقبوں اور چلوں سے اسے اس خواب سے جاگ اٹھنے کی نوید سنا دی گئی ہے۔۔۔ وہ خواب میں ایک اور خواب سے نکلنے کی جدوجہد کرتا ہے تو سائے اس کے پیچھے بھاگنے لگتے ہیں۔۔۔ راستہ معلوم نہ ہونے کی وجہ سے وہ ہمیشہ اسی غار اسی خواب میں سرگرداں رہتا ہے۔ اس سے بڑا کسی انسان پر کیا ظلم ہو سکتا ہے اس سے تو بہتر ہے کہ اسے سویا رہنے دیا جائے۔۔۔ کم از کم مجاہدے اور ریاضت کے اس جہنم میں تو نہ پھینکا جائے۔ جبری مریدی کے خوفناک کھیل کی اس بھیاں تک آگ میں مریدی کی حیثیت ایندھن کی ہے۔۔۔

معرفت نفس اس قید خانے سے آزاد ہو جانے کا نام نہیں ہے۔۔۔ جسے نفس کا عرفان ہو جائے وہ خوب جان لیتا ہے کہ وہ جب تک زندہ ہے اسے اسی قید خانے میں رہنا ہے۔۔۔ اس دنیا میں وہ جہاں بھی جائے گا نفس ایک قید خانے کی صورت اس کے ساتھ جائے گا۔۔۔ وہ اس سارے چکر کی حقیقت کو جان لیتا ہے۔۔۔ اب یہ غار یہ قید خانہ اس کی نظر میں بے وقعت ہو جاتا ہے۔۔۔ وہ سایوں سے محبت میں گرفتار نہیں ہوتا attach نہیں ہوتا۔۔۔ نفس کی یہ معرفت علم سے حاصل ہوتی ہے۔۔۔ اس عرفان کیلئے مراقبہ اور بچہ کوئی حیثیت نہیں رکھتے۔ آنکھ علم سے کھلتی ہے۔ ریاضت سے صرف مہارت حاصل ہوتی ہے۔۔۔ جو جان جاتا ہے وہ اس پتلی تماشے puppet show کو بس ایک show کی طرح ہی دیکھتا ہے۔ ڈرامے کی حقیقت کھل جانے پر اس کا خوف اور غم ختم ہو جاتے گناہ۔ بوائے ہی ہے جیسے کوئی ڈرامائی فلم horror film صرف اس علم کی بنیاد سے پیدا ہونے والے اطمینان سے دیکھی جاسکتی ہے کہ یہ سب حقیقت نہیں ہے۔۔۔

معرفت نفس  
سوچ کو کبھی ختم نہیں کیا جاسکتا۔۔۔ ذہن سے کبھی نجات نہیں ملتی۔۔۔ نفس جیتے گی کبھی جان  
نہیں چھوڑتا۔۔۔ اس کے افعال کو اس کی تہہ در تہہ پیچیدگیوں کو علم کی رو سے سمجھنا ہوتا ہے  
اور پھر اس میں موجود تمام علم سے آزاد ہو جانا ہوتا ہے۔ detach ہو جانا ہوتا  
ہے۔۔۔ معرفت کا یہ مطلب ہرگز نہیں کہ زندگی کی تکلیف اور اس کا بے پناہ دباؤ ختم  
ہو جائے گا۔۔۔ بلکہ یہ تو زندگی کی تکلیف اور اس کے بے پناہ دباؤ کی حقیقت کو سمجھ جانے کا  
نام ہے۔

معرفت نفس تو ازل سے جاری اس روز و شب کے تسلسل سے آگے بڑھ جانا، مادی دنیا کے  
اصل حقائق کو جان لینا اور ذاتی دلچسپی self interest سے ماوراء ہو جانا ہے۔ یہ پہلے ego  
کا اور پھر آخر کار۔۔۔ دوئی duality کا فنا ہو جانا ہے۔۔۔ اس حقیقت کا عرفان  
ہو جانا ہے کہ میں ہوں۔۔۔ لیکن میں نہیں ہوں۔۔۔

Englightenment is to know that I am...

and yet I am not!

یہ دانائی کا اپنی انتہاؤں کو چھو لینا ہے۔۔۔ یہ ایک ایسا نفس ہے جس میں کوئی اجار چڑھاؤ  
نہیں۔۔۔ کچھ پالینے کی بے تاب تمنا نہیں، کوئی دوئی duality نہیں۔۔۔ یہ نفس دنیا  
میں نہیں ہے بلکہ دنیا اس میں ہے۔۔۔ یہ وہ نفس ہے جو جانتا ہے کہ اس کے جتنے بھی  
روپ ہیں وہ بس رنگ ہیں۔۔۔ پھول ہیں جو کھلتے ہیں اور مرجھا جاتے ہیں۔۔۔ یہ نفس  
بے چین نہیں ہے یہ باطمینان ہے۔۔۔ وہ جانتا ہے کہ وہ یہاں ہمیشہ رہے نہیں آیا بلکہ  
کچھ وقت کیلئے اپنا کردار نبھانے آیا ہے۔۔۔ یہ نفس تماشا نہیں ہے بلکہ تماشا ہی ہے۔۔۔  
یہ کرنے والا نہیں۔۔۔ دیکھنے والا نفس ہے۔۔۔ نفس کی معرفت انتہا نہیں بلکہ ابتدا  
ہے۔۔۔ یہ دنیا داروں کی نظر بہت اونچا مقام ہو سکتا ہے لیکن اللہ کے دوستوں کی



نظر میں اس کی حیثیت سوائے ایک ابتدا کے اور کچھ نہیں۔۔۔ نفس کی حقیقت کا ادراک اس کی پہچان ہر انسان کو اپنی زندگی میں جا بجا ہوتی ہے۔۔۔ کسی گہرے ترین صدمے کے ابتدا ہی لمحات، کسی جان سے پیارے کی اچانک سامنے رکھ دی گئی میت، اور اس طرح کے ان محنت دل دہلا دینے والے صدمات اور حادثات کی صورت قدرت انسان کو بار بار دیکھنے کا فرض پوری ایمانداری سے نبھاتی ہے۔

دیکھ کے شدید ترین لمحات میں انسان کو نفس کا عرفان ہوتا ہے۔۔۔ جب کسی اپنے کی میت گور میں اتاری جا رہی ہو تو انسان غفلت سے آزاد ہوتا ہے۔۔۔ لیکن قبرستان سے باہر آتے ہی زندگی کا طوفان اسے فوراً اپنی آغوش میں لے کر چھپکیاں دے کر سلا دیتا ہے۔۔۔ ہر انسان کو یہ عرفان بارہا اس کی زندگی میں بہت سے انہوں نے واقعات کی صورت عطا کیا جاتا ہے لیکن انسان منہ پھیر لینے میں کمال رکھتا ہے۔

انسان کو جاننا ہے کہ آخر وہ خود پر، اپنی سوچ پر شک doubt کیوں نہیں کرتا؟

کہیں ایسا تو نہیں کہ یہ شیطان ہو۔۔۔ جو ہمیں نفس کے جال کی مدد سے اس مایا maya میں اس مراب illusion میں ہمیشہ الجھائے رکھنے میں ہر وقت مصروف عمل ہو؟ یہ بھی تو ہو سکتا ہے کہ انسان نفس کے ہاتھ میں اور نفس شیطان کے ہاتھ میں ایک کھڑپتا puppet ہو۔۔۔ محض ایک کھلونہ ہو۔۔۔

شیطان نفس کی شراکت سے ہر انسان کو دھوکا دے رہا ہے۔۔۔ اسے خواب دکھا رہا ہے۔۔۔ لوگ ساری زندگی نفس کے جال میں پھنسے ہوئے جسم کی پوجا اور اس کی پرورش میں گزار دیتے ہیں۔۔۔ ہر گزرتے دن ہر شخص کا نفس پہلے سے کہیں زیادہ چالاک اور طاقتور ہوتا چلا جاتا ہے۔۔۔ اور نفس کی اسی طاقت کو شیطان انسان کے خلاف انتہائی کامیابی سے اپنے مقاصد کی تکمیل کیلئے استعمال کرتا رہتا ہے۔۔۔ لوگ اپنی زندگی کی ہر

معرطہ میں  
 ناکامی، رنج اور مسئلے کا الزام باہری عوامل پر تھوپتے رہتے ہیں۔۔۔ لاکھوں میں کوئی ایک  
 ہوتا ہے جو اس عظیم چال سے بچ نکلنے میں کامیاب ہو جاتا ہے ورنہ چاہے ایک فرد ہو، کوئی  
 گروہ، یا کوئی قوم۔۔۔ ساری انسانیت انفرادی اور اجتماعی حالت میں الزام  
 تراشی blame game میں خود کو مطمئن رکھنے کی کوششوں میں ہمیشہ مصروف دکھائی دیتی  
 ہے۔۔۔

نفس کو پہچان لینے کے بعد انسان یہ دیکھ لیتا ہے کہ اس کے تمام منفی احساسات، جذبات اور  
 خیالات کے پیچھے ایک بہت سی خوفناک اور منظم شیطانی طاقت کا فرما ہے۔۔۔ اس شیطانی  
 طاقت (طاغوت) کے نزدیک انسان کی حیثیت محض ایک روبوٹ یا ایک مشین کی ہی  
 ہے۔۔۔ اس مشین یا روبوٹ کے افعال میں خلل پیدا کر کے اسے ناکام کر دینا ہی طاغوت  
 کا واحد اور آخری مقصد حیات ہے۔۔۔

اس مقصد کو پورا کرنے کیلئے نفس ایک شیطانی کارندے devil's agent کی حیثیت  
 سے انسان کے جسم کا خون کسی جو تک کی طرح ہر وقت چوس رہا ہے۔۔۔ اور انسان کی  
 اندھے اور بے بس جاہل غلام کی طرح اپنے جسم کی پرورش کرنے کیلئے ہر اچھے برے جن  
 میں مصروف ہے۔۔۔ تاکہ اپنے بے رحم حاکم کی ہر لمحہ بڑھتی ہوئی تکمیل کر سکے۔۔۔  
 لیکن وہ غلام جس قدر زیادہ محنت کرتا ہے نفس کا بے رحم اور سفاک حاکم اس سے مطمئن ہو  
 خوش ہونے کی بجائے اسے مزید do more کا حکم ہر لمحہ جاری کرتا رہتا ہے۔ اس غلام  
 کو خبر ہو کہ وہ اس بے رحم حاکم کو کبھی مطمئن نہیں کر پائے گا۔۔۔ وہ غلام کون ہے؟ وہ  
 بے بس غلام انسان ہے۔ وہ آپ ہیں۔۔۔ وہ میں ہوں۔۔۔ ہم سب نفس کے بے رحم  
 قتلے میں پھنسے ہوئے غلام ہیں۔۔۔ یہ ایک ایسا حاکم ہے جس کی ساری حکومت دھوکے  
 پر قائم ہے۔۔۔ اس لیے یہ اپنے مظلوم کو ہر وقت دھوکے میں الجھائے رکھتا چاہتا ہے۔

ایک لمحے اس لذت طعام کی بے اندازہ ہوس ہے، دوسرے ہی لمحے اسے بے پناہ دولت چاہیے۔ پوزیشن، اسٹینس، طاقت، شہرت، جنسیت، پیار محبت۔۔۔ اس کی خواہشات کی ہوس لامحدود ہے۔۔۔ یہ کبھی اطمینان نہیں پاسکتا۔

ہم اپنی زندگی کا سب سے بڑا حصہ اور انرجی اس نفس کی خواہشات پوری کرنے میں صرف کر دیتے ہیں۔۔۔ یہ ایسے ہے جیسے نشے کا عادی کوئی شخص اپنی طلب کو مٹانے کیلئے نشے کا استعمال جتنا زیادہ کرتا چلا جاتا ہے اس کی طلب مزید بڑھتی ہی چلی جاتی ہے۔

نجات freedom کا راستہ نفس کو بہتر بنانے self improvement کی طرف نہیں جاتا بلکہ یہ تو درحقیقت نفس کے تمام تر ذاتی الگھ عمل personal agenda سے الگ ہو جانے کی طرف بڑھتا ہے۔۔۔

لوگوں کے لاشعور میں ایک ان کہا اور انجانا خوف ہمیشہ سے ہیست ہوتا ہے۔۔۔ انہیں لگتا ہے کہ نفس کی معرفت کے بعد ان کی زندگی کا معاشرتی حسن گہنا جائے گا اور وہ اپنے ارد گرد کے ماحول سے پہلے کی طرح وابستہ نہ رہ پائیں گے۔۔۔ اس خوف کے باوجود اللہ کی تلاش ہر انسان کے اندر ایک خواب کی صورت موجود ہوتی ہے۔۔۔ لیکن انسان ڈرتا ہے کہ اس زندگی میں داخل ہو جانے کے بعد اس کی موجودہ زندگی کے تمام رنگ پھیکے پڑ جائیں گے۔۔۔ یہ شیطان کا بہت بڑا دھوکا ہے۔۔۔

وہ کی صورت یہ گوارا نہیں کر سکتا کہ انسان کی آنکھ کھل جائے اور وہ دیکھ سکے کہ زندگی اللہ کی ہوتی کی موجودگی میں کس قدر حسین و جمیل ہے۔ جب انسان پہچان کے درجے کو پہنچتا ہے تو اپنے ارادے کی بے حیثیتی دیکھ لیتا ہے۔ اس لیے وہ اپنا ارادہ will چھوڑ دیتا ہے۔۔۔ اللہ کا فرمانبردار اور اطاعت گزار بندہ ہو جاتا ہے۔۔۔ سرنڈر surrender کر دیتا ہے۔ سب وہ جان چکا ہوتا ہے کہ اس کا کوئی بھی ارادہ محض نفس کا فریب ہے۔۔۔

اب وہ اللہ کے ارادے سے زندگی بسر کرنا چاہتا ہے۔۔۔ نفس جبلی طور پر اس امکان سے دہشت زدہ ہوتا ہے کہ اس کے بارے میں انسان کو علم دیا جائے۔۔۔ اس علم تک رسائی اور اس کی طلب کی خواہش سے اسے باز رکھنے کیلئے وہ ساری زندگی اسے یقین دلانے میں جتا رہتا ہے کہ حالات اور کردار کی بہتری صرف باہری عوامل پر منحصر ہے۔۔۔

یہ بالکل ایسے ہے جیسے کوئی آنیئے میں دکھائی دے رہے اپنے عکس کو بہتر کرنے کی کوششوں میں مصروف ہو۔۔۔ آئینہ باہری ہے۔ عکس reflection باہری ہے۔ صرف رونمائی manifestation ہے۔۔۔ اسے ٹھیک کرنے کی کوشش محض دھوکہ ہے۔۔۔ جب ہم اندر سے بدلنا شروع ہوتے ہیں تو باہری دنیا جو کہ ہمارے عکس کے سوا کچھ ہی نہیں خود بخود بدلنے لگتی ہے۔۔۔ آئینہ دیکھنے والا مسکرائے تو عکس خود بخود مسکرا اٹھتا ہے۔۔۔ جیسے ہی انسان پر اس کے نفس کے اسرار کھلنے شروع ہوتے ہیں اس کی اذیتیں، رنج اور غم مٹنے لگتے ہیں۔ اب وہ باہری دنیا میں کوئی تبدیلیاں نہیں کرنا چاہتا۔۔۔ جیسی دنیا ہوتی ہے اسی حالت میں اسے قبول ہو جاتی ہے۔۔۔

علم کے بغیر یہ مقام حاصل نہیں ہوتا۔۔۔ جب نفس کا علم عطا ہوتا ہے تو صبر قائم ہو جانا فطری ancient greece کے قدیم یونانی قصے Sisyphus کو موت کو دھوکا دینے کے جرم میں سزا دی کہ وہ پہاڑ پر ایک بہت بڑا پتھر گھسیٹتا ہوا لے کر چوٹی پر پہنچے گا اور وہاں سے وہ پتھر پھر نیچے اڑھکا دیا جائے گا اور سزائی نفس تا ابد ایسا ہی کرتا رہے گا۔۔۔

Albert Camus وجودیت existence کے ماہر نوبل انعام یافتہ فرانسیسی مصنف البرٹ کیمو Albert Camus نے سزائی نفس کو استعارے metaphor کے طور پر استعمال کیا اس نے کہا۔۔۔ انسان اس قدر بے ثبات اور تغیر پذیر وجودیت existence میں رہے

ہوئے اس کا کوئی معنی کوئی مقصد کیسے بنا سکتا ہے؟ وہ ہمیشہ سے آنے والے لکل کیلئے جان  
بارتا چلا آیا ہے۔۔۔ ایسا کل جو کبھی نہ آیا ہے اور نہ ہی کبھی آئے گا۔۔۔ حتیٰ کہ وہ مر جاتا ہے  
اور اس کی جگہ ایک دوسرا انسان لے لیتا ہے۔۔۔ اسی کی طرح شدید اور جاں گسل محنت و  
مشقت کرتا ہوا اپنی موت کی جانب رواں دواں۔۔۔ ایک اور انسان۔

ہر انسان سزی فس sisyphus کی طرح اپنے پتھر کو لیے پہاڑ کی چوٹی کی جانب  
سرگرداں رہتا ہے۔۔۔ کس لیے؟ کیا صرف اس لیے کہ پتھر لڑھکا دیئے جانے پر ایک بار  
پھر سے اس چوٹی کی جستجو میں اپنا خون بہانا شروع کرے؟

فس کے اس عظیم چکر کو اگر مراقبے سے دیکھ لیا جائے تو انسان ہر حال میں مجذوب ہے۔۔۔  
اور اگر علم سے اور اللہ کی یاد سے دیکھا جائے تو دیکھنے والا عارف ہے۔۔۔ عرفان سے پہلے  
بھی انسان سزی فس sisyphus کی طرح پتھر کو پہاڑ پر لے جانے کی مشقت میں ہوتا  
ہے اور عرفان کے بعد بھی اسے یہی کرنا ہے۔۔۔ بدھ مت کی ایک قدیم کہاوت معرفت  
کے بارے میں کچھ ایسے ہے۔۔۔

Before enlightenment, chop wood, carry water.

After enlightenment, chop wood, carry water

یہاں سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ آخر پھر دونوں حالتوں میں فرق کیا ہے؟ اگر زندگی فس کو  
پہچان لینے کے بعد بھی پہلے کی طرح ہی گزرتی ہے تو پھر اس معرفت کی ضرورت کیا ہے؟  
پہلی حالت میں تو سب ہیں۔۔۔ اور اس حالت نے جو سب کی حالت کر رکھی ہے اسے  
ہانتے بھی خوب ہیں۔۔۔ جو عرفان فس کو پہچنتا ہے اس کے اور دوسرے انسانوں کے  
مابین سب سے بڑا فرق یہ ہوتا ہے کہ اب وہ مزاحمت resist نہیں کرتا کیونکہ وہ جان جاتا  
ہے کہ یہ ایک امتحان ہے، ایک آزمائش ہے۔۔۔

اس بات پر جو غور کرے گا وہ بہت کچھ جان لے گا۔۔۔ نفس کا عارف علم سے اور شعور سے زندگی کو گزارتا ہے۔۔۔ اور دنیا دار بے علمی اور بے شعوری سے اس جہان سے گزارتا ہے۔ بس یہ گزارنے اور گزار جانے کا ہی فرق ہے۔۔۔ یہی سب سے بڑا فرق ہے۔ اسے یوں سمجھا جاسکتا ہے۔۔۔

ہم سب اپنی زندگی میں ذمہ داریوں responsibilities سے بندھے ہوئے ہیں۔ ہم ذمہ داریوں کے غلام ہوتے ہیں۔ دوست بیٹھے ہاتھیں کر رہے ہیں۔ وقت بہت خوش گوار طریق پر گزر رہا ہے۔ ایک دوست کو اپنے کام پر واپس پہنچانا ہے۔ اسے اٹھنا ہے اور چلے جانا ہے۔ یہ احساس ذمہ داری اس کے اندر ایک بے چینی، ایک بے بسی کی ناگوار کیفیت پیدا کرتا ہے۔۔۔ یہ غلامی ہے۔۔۔

نفس کا عارف جانتا ہے کہ اسے ہر حال میں اپنی ذمہ داری نبھانی ہے۔ وہ خوش دلی سے اسے قبول accept کرتا ہے۔ اس کے نفس میں کوئی دباؤ کوئی بے چینی کوئی رنج نہیں ہے۔۔۔ وہ جانتا ہے کہ اس دنیا میں ذمہ داری نبھائے بغیر اس کا جینا محال ہے۔ وہ عزت اور وقار سے اپنا فرض سرانجام دے رہا ہے۔۔۔ دونوں میں بہت بڑا فرق ہے۔۔۔ علم اور لاعلمی کا فرق سب سے بڑا فرق ہے۔۔۔ مشہور کہاوت ہے کہ:

جو تم خوش دلی سے کرتے ہو وہی تمہاری جنت ہے اور جو تم بے دلی سے کرتے ہو وہی تمہاری جہنم ہے۔

Whatever you do willingly is your heaven,

whatever you do unwillingly, that is your hell.

آج دنیا کی جو بدترین حالت ہے وہ بحیثیت انسان ہماری اندرونی حالت کا صاف بتا رہی ہے۔ ہم ساری دنیا کو نہیں بچا سکتے۔۔۔ یہ سب سے بڑی حقیقت ہے۔ بہت نا

سہی لیکن یہ ایک حقیقت ہے۔۔۔ انسان خود کو اس دنیا میں بچانے کی کوشش کر رہا ہے survival کی جنگ لڑ رہا ہے۔ یہ فطرتی ہے اس سے کوئی انکشاف نہیں ہے لیکن وہ بھول جاتا ہے کہ وہ کچھ دیر کیلئے تو خود بچا سکتا ہے لیکن ہمیشہ کسی صورت نہیں بچ سکتا۔۔۔ وہ یہ بھی بھول جاتا ہے کہ اسے اس دنیا سے کہیں زیادہ آخرت میں خود کو بچانا ہے۔۔۔ ہمیں سب سے پہلے خود کو اندر سے بدلنا ہوگا۔۔۔ یہ بہت بڑا امتحان ہے۔۔۔ اگر ہم اس دنیا میں رہتے ہوئے خود کو آخرت میں نہ بچا سکے تو یہ ہمیشہ ہمیشہ کا نقصان ہوگا۔۔۔ شتر مرغ کی طرح ریت میں سر چھپانے سے کچھ نہیں بدلے گا۔۔۔ عظیم اکثریت ان لوگوں کی ہے اور ہمیشہ رہے گی جو آج زندگی کو جیسے دیکھ رہے ہیں۔۔۔ کل، برسوں اور آنے والے تمام سالوں میں بھی ویسا ہی دیکھتے رہیں گے۔۔۔

آپ ان لوگوں میں سے نہیں ہیں۔۔۔ لکھنے والا خوب جانتا ہے کہ آپ ان لوگوں میں سے نہیں ہیں۔۔۔ اگر آپ ان لوگوں میں سے ہوتے تو ہرگز ان سطور تک لکھنے والے کے ساتھ نہ چل رہے ہوتے۔۔۔ غور کیجئے، سوچئے اللہ رب العزت نے یہ کتاب آپ تک کیوں پہنچائی ہے؟ آپ نے اسے یہاں تک کیوں اور کیسے پڑھ ڈالا ہے؟

کیا آپ نہیں جانتے کہ اس کتاب میں مصنف کے ساتھ ساتھ نفس کے تپتے ریگزار کا سفر کرتے خود کو کھوجتے ہوئے یہاں تک آپ کبھی کسی صورت نہ پہنچ پاتے اگر آپ ان لوگوں میں سے ہوتے۔۔۔؟ آپ سب جانتے ہیں۔۔۔ آپ خود کو خوب جانتے ہیں۔۔۔

بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَىٰ نَفْسِهِ كَصِدْقٍ ۝۱۰

بلکہ انسان اپنی جان پر باخبر ہے۔

(القیامہ 14)

اللہ اپنے بنائے ہوئے کسی انسان کو ناکام ہونے کیلئے دیکھنا چاہتا۔۔۔ وہ کسی انسان کو فیصلے کے دن شکست خوردہ ملامت زدہ نہیں دیکھنا چاہتا۔۔۔ وہ ہر انسان سے ستر ماؤں سے بھی زیادہ محبت رکھتا ہے۔

اللہ کا نہیں تو انسان کا مسئلہ ہے کہ اسے سمجھ نہیں آتا کہ اللہ کی محبت کے جواب میں اس سے محبت کا جذبہ اپنے دل میں کیسے بیدار کرے۔ ذہن انسان کسی ایسی ہستی سے ہلکی اور بے لوث محبت کرنے کی اہلیت خود میں موجود ہی نہیں پاتا جسے اس نے کبھی دیکھا نہ ہو۔ جس کے خدوخال کا کوئی نقشہ اس کی یادداشت میں محفوظ نہ ہو۔ عقل میں اتنی سکت نہیں کہ اس ہمالہ کو سر کر سکے۔۔۔ یہ بہت بڑی الجھن ہے۔ اس الجھن میں عقل بذات خود الجھی ہوئی ہے یا یوں کہہ لیں کہ الجھائی ہوئی ہے۔ اس مقام محبت پر عقل کا آخری حجاب طم ہے۔ اس حجاب کو طم و عقل سے نہیں محبت سے اٹھایا جاتا ہے۔

یہ تو طے ہے کہ محبت کی نہیں جاتی، یہ ہو جایا کرتی ہے۔۔۔ لیکن کیا یہ خود بخود ہو جاتی ہے؟ نہیں۔۔۔ ایسا نہیں ہوتا۔۔۔ محبت ایسے ہی بغیر کسی وجہ کے کسی کو کسی سے نہیں ہوا کرتی۔۔۔ محبت کی لو کو بھڑکنے کے کیلئے ایک نظر درکار ہوتی ہے۔۔۔ ایک اشارہ ایک آہ۔۔۔ ایک تمنا۔۔۔ ایک حسرت سے روتی ہوئی آنکھ کا آسمان کو اٹھ جانا درکار ہوا کرتا ہے۔ اللہ سے محبت کا احساس خود میں پیدا کرنا ہوتا ہے۔ یہ طے کر لینا ہوتا ہے کہ مجھ آئے نہ آئے بس اب اللہ سے محبت کرنی ہے اس کی دوستی کے مزاج کو جانا ہے۔۔۔ اتنا سا کام کرنے والا ہوتا ہے باقی سب "خود بخود" ہے۔۔۔ اب یہ خود بخود کیا ہے؟

مخلص ہو کر خدا سے یکطرفہ محبت کا جب دم بھر لیا جاتا ہے تو نیت استوار ہو جایا کرتی ہے۔ اللہ کے طالب میں ہر لحظہ تیزی سے بڑھتا پھیلتا چاروں طرف سے امداد چلا آتا ہے کنار طم الاحمال استغفار کو جنم دیتا ہے۔ استغفار کی گود میں پھر حیرت پر دان چڑھتی ہے۔۔۔



ہر ساعت بڑھتے علم کی مستقل لگی آج سے نظر انداز نہ کی جاسکے والی برداشت کی حدوں سے  
بڑھتی جاتی حدت اس حیرت کو محبت کے ٹھکانوں میں مارتے مہیب سمندوں کی اور دھکیلتی  
ہے۔۔۔ یہاں علم اور حیرت مل کر اس محبت کی آبیاری کرتے ہیں۔

محبت کا یہ نازک شجر کسی خوش بخت، سعید فطرت میں چشم زدن میں بھی پروان چڑھ جاتا  
ہے اور اس کی شاخیں آسمانوں کو جھانکتی ہیں۔۔۔ مگر سب کا ایسا بلند نصیب کہاں۔۔۔ بہت  
دیرت جان ایسے بھی ہوا کرتے ہیں جو زمانوں تک اس شاخ گل کو خون جگر سے سیراب کیا  
کرتے ہیں۔۔۔ جتنی دیر مالک کی مرضی ہے اتنی دیر کا ہی انتظار ہے۔ اب جب اس کو  
چاہ لیا ہے۔۔۔ جب اس کی تمنا کی اسیری قبول کر لی ہے تو پھر اب شکوہ کا ہے۔۔۔  
آزاد کر دے یا قید میں رکھے۔۔۔ طلب کا ہے کی؟

اللہ سے محبت بس اک ان کہی داستان ہوتی ہے جسے کردار جانتے ہیں یا پھر ان کا  
صفت۔۔۔ یہ لکھی نہیں جاتی، کہی سنی نہیں جاتی اور نہ ہی دکھائی جاتی ہے۔۔۔ بس یہ ہوتی  
رہتی ہے۔۔۔ کیا خبر۔۔۔ کون جانے۔۔۔ کس ساعت سعید میں وہ چمکتا ہوا پاک شعلہ  
۔۔۔ وہ بجلی۔۔۔ دل کی دھواں دھواں شگفتی شمع پر آگرے اور بے نور ہو چکی، سیلن زد و کائی  
لگی گناہ اندھیری محرابوں میں بھلا دی گئی مگر جل اٹھنے کی آرزو سے بھری ہوئی اس شمع کو  
تاہم فروزاں کر دے۔۔۔

کون جانے۔۔۔ کسے خبر۔۔۔ کب کس کے نصیب میں کیسی خوش بخت بلندی لکھ دی  
جائے۔۔۔ جس کو بے لوث چاہا جائے وہ خدا ہوتا ہے۔۔۔ وہ جب جی چاہے خود کو خود تک  
سہاٹی مٹا کر دے۔۔۔ سنتے ہیں دربار کی چوکھٹ پر بھری کا سا ایک درخت ہے۔۔۔ جس  
کا پھار ہوتا ہے کہ جو کچھ بھی چھار ہوتا ہے۔۔۔ بس اسی طرح اس کے در کے سامنے کسی  
نئی طرح خود کو چپکے سے حیرت کی سرزمین میں بودیتا ہوتا ہے۔۔۔

وہیں آگنا ہوتا ہے۔۔۔ وہیں بڑھنا، پھیلنا اور پھر ایستادہ ہو جانا ہوتا ہے۔۔۔ بس محبت شروع ہو گئی۔۔۔ اب اسی در کے سامنے اچھے بڑے، سرد گرم موسم گزارنا ہوتے ہیں۔ بہار آئے۔۔۔ چڑیاں، طوطے، کوئے آئیں۔۔۔ اپنے اپنے گیت گائیں۔۔۔ گھونسلے بنائیں۔۔۔ ان کے انڈوں سے بچے نکلیں اور اسی درخت پر جوان ہو کر اڑ جائیں۔ پھر خزاں آجائے کبھی جاڑے کی سرد بخ بستہ ہوائیں چلیں۔۔۔ درخت تنہا رہ جائے۔۔۔ پھر کوئی زمانہ آئے۔۔۔

کبھی سورج قہر برسائے۔۔۔ لوگ باگ اس کے سائے تلے بیٹھیں۔۔۔ گھر بھوگیں۔۔۔ کبھی بھلیاں کڑکیں آسمانوں سے امرت برے۔۔۔ بچے ہالے اس پر چڑھیں اس کے پھل توڑیں۔۔۔ اس پر پیٹلیں پڑیں۔۔۔ وہ یہ سب دیکھتا رہے۔۔۔ جھیلتا رہے۔۔۔ کتنے ہی زمانے بیت جائیں۔۔۔ ایک کلچک آئے دوسرا جائے۔۔۔ اے اس سب سے کیا لینا دینا ہے؟ وہ دُنیا کیلئے ہے دُنیا اس کیلئے نہیں ہے۔۔۔ وہ تو کسی کے انتظار میں ہے۔۔۔ کسی کی چاہت میں اس زمین میں گاڑا ہوا ہے۔۔۔ کسی نے چاہا کہ وہ ہو۔۔۔ سو وہ ہے۔۔۔

بس یہی محبت ہے۔۔۔ یہی وہ محبت ہے جس کی تلاش میں عقل اپنے بوڑھے کانپتے ہاتھوں میں طم کی لرزتی شمع لئے ہال کھولے ماتم کرتی سرگرداں ہے۔۔۔ بین ذاتی ہے یہ اس کے ہاتھ ڈور کا سرا نہیں آتا۔۔۔ عقل بچاری نہاتی ہے۔۔۔ جانتی ہی نہیں کہ وہ تو نور محبت ہے۔۔۔ سرا سر محبت ہے۔۔۔ اس کائنات کا سب سے المناک دردناک نور عقل کا ہے جو نور کو ہی ڈھونڈتی پھرتی ہے۔۔۔ بھلا کوئی خود کو کیسے ڈھونڈ سکتا ہے۔۔۔ کوئی نور سے بھی کبھی گم ہو سکتا ہے؟ محبت اقی کا جام الست انسان کے سر میں نہیں دل میں اٹھایا گیا ہے۔۔۔

اس کا اللہ کی بارگاہ میں اس کی جنت میں کسی کی آگاہی ہے۔ ایک  
 نھی کے برابر قطرہ آنسو کا نکلتا ہے تو اس چہرے پر آگ حرام کر دی جاتی ہے۔ اللہ  
 قدردان ہے جانتا ہے کہ محبت صرف اور صرف سچ ہے۔۔۔ لوگ اپنے پیاروں کی یاد میں  
 آنسوؤں کے جگ بھاتے ہیں لیکن اللہ کی یاد میں ایک آنسو کا رد و شمار ہوا پھرتا ہے۔۔۔

جالب حق ہو شیار باش۔۔۔ عقل رہنا ضرور ہے۔۔۔ منزل نہیں ہے۔۔۔ محبت  
 پروردگار کے تمنائی تجھ پر ایک مقام ایسا ضرور آتا ہوگا جب عقل کا ہاتھ چھوڑ کر تجھے نار ضرور  
 میں کود جانا ہوگا۔۔۔ عقل کی جرات نہیں کہ سرفروشی کا سودا سر میں سمائے پھرے۔۔۔ یہ  
 سودا تو دل میں سماتا ہے۔۔۔ یہ بازی عشق کی بازی ہے۔۔۔ عقل کا بے شک بہت بڑا  
 زخم ہے۔ عقل کو سلام کہ یہ نور سر بلند ہے۔۔۔ آخری فیصلہ مگر دل کا ہے۔۔۔

عقل کی شمع علم کے زیتون سے فردزاں کے محبت کی اولین محراب تلاش کرنا ہوتی ہے پھر  
 اس شمع کو اس محراب میں سجا کر سر جھکائے جوتی اتار کر آگے اندھیریوں میں نکل جانا ہوتا  
 ہے کم ہو جانا ہوتا ہے۔۔۔ سنا ہے وہاں کی اپنی روشنیاں ہیں۔۔۔ وہاں کے اپنے نور  
 اللہ۔۔۔ جب معرفت نفس سے ذہن انسان کے چہرہ طبق روشن ہوتے ہیں تو عقل کی  
 انگلیں محبت کے خمیرہ کن کڑا کے مارتے بھلیاں لہراتے نور سے چند صیا جاتی  
 ہیں۔۔۔ پھر دل کی آنکھ کھلتی ہے اور دکھائی دیتا ہے کہ "میں" جسے کہتے ہیں کچھ بھی  
 نہیں ہے۔۔۔ "میں" سرے سے کوئی شے ہی نہیں ہے۔۔۔

مطلب اور صرف خدا ہے۔۔۔ جو ہے۔۔۔ اللہ ہے۔۔۔ وہ اللہ۔۔۔ جو ہم سب کا رب  
 ہے۔۔۔ وہ اللہ جو ہر ہر کار رب ہے۔۔۔ پھر یہ عقل دل کی اطاعت میں آ جاتی ہے۔۔۔  
 انہما ہایت کے دور میں اگر خدا دکھائی دے تو اس کا مطلب یہ نہیں کہ "وہ" نہیں ہے۔  
 ہے۔۔۔ وہ تو ہر جا ہے۔۔۔ دیکھنے والے کی بینائی میں طاقت نہیں ہے۔۔۔

معرفت کی  
 اذن دینائی بھی بہت بڑی سعادت کی بات ہے۔۔۔ منظر کی خوبصورتی نہ تو منظر میں ہے نہ  
 آنکھ میں۔۔۔ یہ نصیب تو آنکھ والے کا ہے کہ دکھانے والے نے بنانے والے نے خیال کی  
 کیسی رعنائی اسے عطا کر رکھی ہے۔۔۔ سورج کے آگے بادل آجائیں تو وہ دکھائی نہیں دیتا  
 مگر اس کا یہ مطلب کہاں سے ہو گیا کہ وہ ہے ہی نہیں۔۔۔ اسی طرح انا ego کے بادل  
 جب دل پر چھائے ہوئے ہوں تو اللہ دکھائی نہیں دیتا۔۔۔ جب تک دل میں تکبر، غرور،  
 بغض، کینہ، حسد، لالچ، بے ایمانی کے بادل چھائے ہوئے ہوں اللہ کبھی مدد نہیں کرتا چاہے  
 خلاف کعبہ سے لپٹ کر رونے والا روئے۔۔۔ کوئی شتوائی نہیں۔۔۔ اداکار کوچ کے دربار  
 سے دھککا رہے۔۔۔ انسانیت کا نوحہ کیا ہے؟ کیا اس کے سوا بھی کچھ ہے کہ اللہ ہر دل میں  
 ہے مگر ہر دل اللہ میں نہیں ہے۔۔۔ اس کے سوا ہمارا دکھ اور کیا ہے کہ وہ ہم سب کا ہے پر ہم  
 سب اس کے نہیں ہیں۔۔۔

اگر وقت آجانے پر، اگر آزمائش کی آواز لگ جانے پر عقل کا دامن کچھ دیر کیلئے نہ چھوڑا  
 جائے تو انسان وہیں کھڑے کا کھڑا رہ جاتا ہے اور وقت ہاتھ سے ریت کی طرح پھسل جاتا  
 ہے۔۔۔ جو اللہ سے محبت کرے گا اس کا گزرا ایسے ہی کسی مقام سے لازم ہوگا۔۔۔

اس دنیا میں انسان کے بعد انسان سے اگر کوئی مخلوق حیران کر دینے والی محبت کرتی ہے تو وہ  
 ”علیٰ“ ہے۔۔۔ دو روٹیوں کے سوا جو اسے اور کچھ نہیں دیتا اس انسان سے وہ محبت کرتا  
 ہے۔۔۔ شدید محبت۔۔۔ بے لوث محبت۔۔۔ unconditional love۔۔۔

کتنا اپنے مالک سے محبت ان دو ٹکے کی روٹیوں کی خاطر نہیں کرتا۔۔۔ مجھے کی اپنے مالک  
 سے محبت میں روٹی کہیں بھی نہیں ہے۔۔۔ بس وہ تو محبت کرنے پر مجبور ہے۔۔۔ وفاداری  
 کے بعد صحن سے بندھا ہوا جو ہے۔۔۔ مجھے شاہ کی آواز دل کے گنبد میں گونجتی ہے۔۔۔

راتیں جاگیں تے شیخ سداویں  
راتیں جاگن مئے۔۔۔ تیں قصیں اٹے

دریا لک داسول نہ پھڈ دے

پاریں سو مارے پئے

تیں قصیں اٹے

الہ پھر یا پل یار منالے

تیں تاں بازی لے گئے مئے

تیں قصیں اٹے

ہم سے اتنا بھی نہیں ہوتا کہ اپنے مالک سے اتنی محبت ہی اسے کر دکھائیں جتنی ایک کتا اپنے مالک سے کر دکھاتا ہے؟ شرط نہیں ہو سکتی۔۔۔ یاد رکھنا ہوگا۔۔۔ محبت میں شرط condition ہوئی نہیں ہو سکتی۔۔۔ وہ محبت ہی نہیں جس میں کوئی شرط ہو۔ محبت اگر ہے تو بے لوث unconditional ہے ورنہ نہیں ہے۔ ایسی مجبوری کہ کچھ مقام کتاب میں ایسے آئے جو اگر مفضل کیے جاتے تو کتاب کی ساقی میں ہرگز آنے والے نہ تھے۔ اس لئے جو لکھا جا سکا وہ لکھ دیا اور جو نہ لکھا جا سکتا تھا وہ نہ لکھا گیا۔ لکھنے والے کا حرام تر مجدد و علم اس کتاب کو لکھتے ہوئے اور اوراق پر لفظ بن کر بہہ گیا۔۔۔ باقی رہ گئی محبت کی چمکتی گیلی ریت۔۔۔ اسے اب کون لکھے۔۔۔ کیا لکھے۔۔۔ کیسے لکھے اور کیوں لکھے۔۔۔

ظہن کی بند سے محبت ایسی ہے جیسے ایک ماں سورج ڈوبنے کے وقت اپنے بچے کے گھر لوٹ آنے کا انتظار کرتی ہے۔ اس کا بچہ ساحل سمندر پر بیٹھا ریت سے گھر دندے بنانے میں لگنا ہے۔۔۔ بچے کو بھی احساس ہے کہ شام ہو رہی ہے۔۔۔ اسے گھر لوٹنا ہے۔۔۔ مگر پھر بھی اس کا پی واپس سے اٹھنے کو نہیں چاہتا۔۔۔ وہ ریت کے چھوٹے چھوٹے گھر دندے

بنائے میں بہت دیر سے ملن ہے۔ گھروندے بنانے کا یہ کھیل اسے اتنا پسند ہے کہ وہ کئی صورت اس کھیل کو چھوڑ کر گھر جانے کو تیار نہیں حالانکہ اسے بھی اپنی ماں سے جدا محبت ہے۔۔۔۔۔ لیکن بچہ ہے۔۔۔۔۔ نا سمجھ ہے۔۔۔۔۔ تھوڑی دیر اور کھیلنا چاہتا ہے۔۔۔۔۔ ماں فکر مند ہے۔۔۔۔۔ وہ جانتی ہے کہ کسی بھی لمحے کوئی بھی لہر آگے بڑھ کر اس کے بچے کے اتنی محبت سے بنائے ہوئے گھروندوں کو بہالے جائے گی اور اس کا بچہ روتا رہ جائے گا۔ پھر رات کے بڑھتے اندھیرے سے ڈر کے وہ روتا ہوا اسے پکارتا ہوا اس کی طرف اپنے گھر کی طرف بھاگے گا۔۔۔۔۔ دکھ سے بھرا ہوا۔۔۔۔۔ ماں ہر روز اپنے بچے کو سمجھاتی ہے کہ بیٹا، جو گھروندے تم ساحل پر بناتے ہو ان سے اتنی محبت نہ کیا کرو۔۔۔۔۔ کیا تم دیکھتے نہیں کہ روز لہندا

تمہارے گھروندوں کو بہالے جاتی ہیں؟ یہی دل میں دسنا ہے۔ وہ اسے روز بتاتی ہے کہ بیٹا کھیل کو صرف کھیل سمجھو۔۔۔۔۔ اور جلدی ٹھکراؤٹ آنے کی فکر کیا کرو۔۔۔۔۔ بچہ روز یہ بات سنتا ہے۔۔۔۔۔ کل جلدی لوٹ آنے اور گھروندے لہروں میں رہ جانے پر آنکھ نہ رونے کا وعدہ کرتا ہے۔ لیکن ساحل پر پہنچتے ہی ریت دکھائی دیتی ہے۔۔۔۔۔ اور وہ سب کچھ بھول بھال کر دوبارہ اسی کھیل میں لگن ہو جاتا ہے۔۔۔۔۔ جیسا اس ماں اور بچے کا رشتہ ہے ایسا ہی اللہ اور بندے کا رشتہ ہے۔۔۔۔۔ وہ ہر روز ہمیں محبت سے گھر سے بلاتا ہے اور ہر روز ہم اس کی آواز کو سن کر بھی انجانے میں جاتے ہیں اور ریت کے گھروندے بنانے میں مصروف رہتے ہیں۔۔۔۔۔ پھر ندا آتی ہے۔۔۔۔۔

خَلِّكُمُ اللَّهُ رَبُّكُمْ لَهُ الْمُلْكُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ فَأَنَّى تُصَوِّفُونَ ۝

یہی اللہ تمہارا رب ہے اسی کی بادشاہی ہے، اس کے سوا کوئی معبود نہیں

پس تم کہاں پھرے جا رہے ہو۔

(الزمر 6)

کیا آپ نہیں جانتے کہ اے آپ سے کس قدر شدید محبت ہے؟ اپنے رب سے مت  
 بھاگیں۔۔۔ اس کی ناقدری نہ کریں۔۔۔ بہت کم ہی سہی۔۔۔ پھر بھی ابھی کچھ وقت چھینا  
 باقی ہے۔۔۔ اپنے خدا کا ہاتھ تھام لیں۔۔۔ اس سے پہلے کہ بہت دیر ہو جائے۔۔۔ آپ  
 جانتے ہیں۔۔۔ آپ کو خوب پتا ہے کہ سچ کیا ہے۔۔۔ سچ کا سامنا کریں۔۔۔  
 سچ آپ کے اندر ہے۔۔۔ سچ آپ خود ہیں۔۔۔

خود کے اندر اتریں۔۔۔ راز ہستی کو پالیں۔۔۔  
 آپ کو خود سے خدا تک کا یہ متبرک سفر مبارک ہو۔۔۔  
 اللہ آپ کا منتظر ہے۔

قُلْ يٰۤاَعِبَادِىَ الَّذِیْنَ اَسْرَفُوْا عَلٰۤی اَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوْۤا مِنْ رَّحْمَةِ اللّٰهِ  
 اِنَّ اللّٰهَ یَغْفِرُ الذُّنُوْبَ جَمِیْعًا اِنَّهٗ هُوَ الْغَفُوْرُ الرَّحِیْمُ ۝  
 کہہ دو اے میرے بندو جنہوں نے اپنی جانوں پر ظلم کیا ہے اللہ کی رحمت سے مایوس نہ ہو،  
 بے شک اللہ سب گناہ بخش دے گا، بے شک وہ بخشنے والا رحم والا ہے۔

(الزمر 53)

☆☆☆☆☆☆

قرآن سے منتخب چند آیات  
جو سوچ کے نئے زاویے کھولتی ہیں۔



هُوَ الَّذِي جَعَلَ الشَّمْسُ ضِيَاءً وَالْقَمَرَ نُورًا وَقَدَرَهُ مَنَازِلَ لِتَعْلَمُوا عَدَدَ  
الْيَمِينِ وَالْحِسَابَ مَا خَلَقَ اللَّهُ ذَلِكَ إِلَّا بِالْحَقِّ يُفْجِلُ الْغَافِلِينَ  
تَعْلَمُونَ ۝

وہی ہے جس نے سورج کو روشن بنایا اور چاند کو منور فرمایا اور چاند کی منزلیں مقرر کیں تاکہ  
تم برسوں کا شمار اور حساب معلوم کر سکو، یہ سب کچھ اللہ نے تدبیر سے پیدا کیا ہے،  
وہ اپنی آیتیں سمجھداروں کے لیے کھول کھول کر بیان فرماتا ہے۔

(یونس 5)

وَلَوْ يُعَجِّلُ اللَّهُ لِلنَّاسِ الشَّرَّ اسْتِعْجَالَهُمْ بِالْخَيْرِ لَفُحِشَ إِلَيْهِمْ أَجَلُهُمْ  
فَلَنُذِرُ الَّذِينَ لَا يَزُجُّونَ لِقَاءَنَا فِي طُغْيَانِهِمْ يَعْمَهُونَ ۝ وَإِذْ لَاسِ الْإِنْسَانِ  
الْظُّرُوعَاتُ لَعَنَّا الْجُنَبَةَ وَالْوَقَادَةَ أَوْقَيْنَا فَلَبَّا كَاشِفَاتُ غُطُورِهِمْ كَانُوا لَهُمْ  
يَدْعُنَا إِلَى طُغْيَانِهِمْ كَذَلِكَ يُرِيحُ لِلْمُؤْمِنِينَ فَمَنْ مَّا كَانُوا يَعْمَلُونَ ۝  
اور اگر اللہ لوگوں کو برائی جلد پہنچا دے جس طرح وہ بھلائی جلدی مانگتے ہیں تو ان کی عمر ختم کر  
دئی جائے، سو ہم چھوڑے رکھتے ہیں ان لوگوں کو جنہیں ہماری ملاقات کی امید نہیں کہ اپنی  
سرکشی میں بھٹکتے رہیں۔

اور جب انسان کو تکلیف پہنچتی ہے تو لیٹے اور بیٹھے اور کھڑے ہونے کی حالت میں ہمیں پکارتا  
ہے، جب ہم اس سے اس تکلیف کو دور کر دیتے ہیں تو اس طرح گزر جاتا ہے گویا کہ ہمیں  
کئی تکلیف پہنچنے پر پکارا ہی نہ تھا، اس طرح جیسا کہ کوہِ ہند آیا ہے جو کچھ وہ کر رہے ہیں۔

(یونس 11-12)

وَمَا تَكُونُ فِي شَأٍ وَمَا تَتَلَوْا مِنْهُ مِنْ قُرْآنٍ وَلَا تَعْمَلُونَ مِنْ عَمَلٍ إِلَّا  
كُنَّا عَلَيْكُمْ شُهُودًا إِذْ تُفِيضُونَ فِيهِ وَمَا يَعْزُبُ عَنْ رَبِّكَ مِنْ مِثْقَالِ  
ذَرَّةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَلَا أَصْغَرَ مِنْ ذَلِكَ وَلَا أَكْبَرَ إِلَّا فِي كِتَابٍ  
مُبِينٍ ۝ إِلَّا أَنْ أُولِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ۝ الَّذِينَ  
آمَنُوا وَكَانُوا يَتَّقُونَ ۝ لَهُمُ الْبُشْرَىٰ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ لَا  
تَبْدِيلَ لِكَلِمَاتِ اللَّهِ ذَلِكَ هُوَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ ۝

اور تم جس حال میں ہوتے ہو یا قرآن میں سے کچھ پڑھتے ہو یا تم لوگ کوئی کام کرتے ہو  
ہم وہاں موجود ہوتے ہیں جب تم اس میں مصروف ہوتے ہو، اور تمہارے رب سے ذرا  
بھر بھی کوئی چیز پوشیدہ نہیں ہے نہ زمین میں اور نہ آسمان میں، اور نہ کوئی چیز اس سے چھوٹی  
اور نہ بڑی مگر کتاب روشن میں ہے۔

خبردار! بے شک جو اللہ کے دوست ہیں نہ ان پر ڈر ہے اور نہ وہ غمگین ہوں گے۔ جو لوگ  
ایمان لائے اور ڈرتے رہے۔ ان کے لیے دنیا کی زندگی اور آخرت میں خوشخبری ہے، اللہ  
کی باتوں میں تبدیلی نہیں ہوتی، یہی بڑی کامیابی ہے۔

(یونس 61 تا 64)

وَلَمَّا أَذَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنَّا رَحْمَةً ثُمَّ نَزَعْنَاهَا مِنْهُ إِنَّهُ لَكَفُورٌ  
كَافِرٌ ۝ أَذَقْنَاكَ نَعْمًا بَعْدَ ضَرَاءٍ مَسِيئَةٍ لَقِيكَ لَبٌّ ذَهَبَ السَّيِّئَاتِ عَنْكَ  
لَفُورٌ فَخُورٌ ۝ إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ

أُولَٰئِكَ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ كَبِيرٌ ۝

اور اگر ہم انسان کو اپنی رحمت کا مزہ چکھا کر پھر اس سے پھین لیتے ہیں تو وہ ناامید ناخوش  
اور اگر ہم انسان کو اپنی رحمت کا مزہ چکھا کر پھر اس سے پھین لیتے ہیں تو وہ ناامید ناخوش

جاتا ہے۔ اور اگر مصیبت پہنچنے کے بعد نعمتوں کا مژہ پکھالتے ہیں تو کہتا ہے کہ میری سختیاں جاتی رہیں، کیونکہ وہ اترانے والا شفی خور ہے۔ مگر جو لوگ صابر ہیں اور نیکیاں کرتے ہیں ان کے لیے بخشش اور بڑا ثواب ہے۔

(ہود 9: 111)

مَنْ كَانَ يُرِيدِ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا وَزَيَّنَتْهَا نُوفٍ إِلَيْهِمْ أَعْمَالُهُمْ فِيهَا وَهُمْ فِيهَا لَا يُبْغَسُونَ ۝ أُولَٰئِكَ الَّذِينَ لَيْسَ لَهُمْ فِي الْأَجْرَةِ إِلَّا النَّارُ وَحَبِطَ مَا صَنَعُوا فِيهَا وَبَاطِلٌ مَّا كَانُوا يَعْمَلُونَ ۝

جو کوئی دنیا کی زندگی اور اس کی آرائش چاہتا ہے تو ان کے اعمال ہم ہمیں پورے کر دیتے ہیں اور انہیں کچھ نقصان نہیں دیا جاتا۔ یہ وہی ہیں جن کے لیے آخرت میں آگ کے سوا کچھ نہیں، اور ہر باد ہو گیا جو کچھ انہوں نے دنیا میں کیا تھا اور خراب ہو گیا جو کچھ کیا تھا۔

(ہود 15: 16)

وَلَوْ شَاءَ رَبُّكَ لَجَعَلَ النَّاسَ أُمَّةً وَاحِدَةً ۖ وَلَا نَرِيكَ الْقَوْنَ مُخْتَلِفِينَ ۝ إِلَّا مَن رَّحِمَ رَبُّكَ ۚ وَلَٰذَٰلِكَ خَلَقَهُمْ ۖ وَتَمَّتْ خَلْقَةُ رَبِّكَ ۚ لَا مَلَأَ جَهَنَّمَ مِن الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ أَجْمَعِينَ ۝

اور اگر تیرا رب چاہتا تو سب لوگوں کو ایک رستہ پر ڈال دیتا، اور ہمیشہ اختلاف مٹا دیتا۔ مگر جس پر تیرے رب نے رحم کیا، اور اسی لیے انہیں پیدا کیا ہے، اور تیرے رب کی یہ بات پوری ہو کر رہے گی کہ البتہ دوزخ

کو اکٹھے جنوں اور آدمیوں سے بھردوں گا۔

(ہود 118-119)

عَلَىٰ إِذَا اسْتَيْسَرَ الرُّسُلُ وَكَانُوا آتَهُمْ قَدْ كُذِّبُوا جَاءَهُمْ نَصْرًا مِّنَ اللَّهِ  
مَنْ نَّشَاءُ وَلَا يُؤْذِنُهُمُ الْكُفْرَانُ ۚ

یہاں تک کہ جب رسول نامید ہونے لگے اور خیال کیا کہ ان سے جھوٹ کہا گیا تھا  
تب انہیں ہماری مدد پہنچی پھر جنہیں ہم نے چاہا بچا لیا، اور ہمارے عذاب کو  
نا فرمانوں سے کوئی بھی روک نہیں سکتا۔

(یوسف 110)

هُوَ الَّذِي يُرِيكُمْ إِلَهُكُمْ إِلَهُكُمْ خَوْفًا وَطَمَعًا وَيُنشِئُ السَّحَابَ الثِّقَالَ ۚ  
الرَّغْدُ يَحْمَدُهُ وَالْهَلَاكُ يَكْفُرُهُ ۚ وَيُرْسِلُ الصَّوَاعِقَ فَيُصِيبُ بِهَا  
مَنْ يَشَاءُ وَهُمْ يُجَادِلُونَ فِي اللَّغْوِ ۚ وَهُوَ شَدِيدُ الْحِسَابِ ۚ

وہی ہے جو تمہیں خوف یا امید لانے کے لیے بجلی دکھاتا اور بھاری بادلوں کو اٹھاتا  
ہے۔ اور وہ اس کی پاکی کے ساتھ اس کی تعریف کرتا ہے اور سب فرشتے اس کے ہار  
سے، اور بھلیاں بھیجتا ہے پھر انہیں جس پر چاہتا ہے گرا دیتا ہے اور یہ تو اللہ کے بارے میں  
جھگڑتے ہیں، حالانکہ وہ بڑی قوت والا ہے۔

(الرعد 12-13)

أُولَئِكَ يَرْوُونَ الْآثَانَ الْإِرْضَىٰ كَنَفُطُهَا مِنْ أَظْفَرِ الْجِبَا وَاللَّهُ يُخَوِّمُ

لَا مُعْلَبَ لِحُكْمِنَا وَهُوَ سِرُّ الْحِسَابِ ۝

کہا، وہ نہیں دیکھتے کہ ہم زمین کو اس کے کناروں سے گھٹاتے چلے آتے ہیں، اور اللہ

عقلم کرتا ہے کوئی اس کے عقلم کو ہٹا نہیں سکتا، اور وہ جلد حساب لینے والا ہے۔

(41.21)

وَأَنذَرْتُمْ قَوْمًا بِمَا كَانُوا تُفْسِدُونَ ۖ

إِنَّ الْإِنْسَانَ لَظَلُومٌ كَفَّارٌ ۝

اور جو چیز تم نے اس سے مانگی اس نے تمہیں دی، اور اگر اللہ کی نعمتیں شمار کرنے لگو

تو انہیں شمار نہ کر سکو مگر بے شک انسان بڑا بے انصاف اور ناشکرا ہے۔

(34 1/2)

وَمَا يَكُم مِّنْ نَّعْتَةٍ مِّنَ اللّٰهِ اِذَا مَسَّكُمُ الطُّرُقُ فَاَلَيْسَ تَجَارُونَ ۝

اور تمہارے پاس جو نعمت بھی ہے سو اللہ کی طرف سے ہے، پھر جب تمہیں تکلیف پہنچتی ہے تو

اسی سے فریاد کرتے ہو۔

(53)

وَلَنُؤَيِّدَ بِنُصْرَتِنَا الَّذِينَ يُطِيعُونَ مَا تَرَكُوا عَلَيْهِمْ مِنْ ذَاتِهِ وَلَكِنْ

لَا يُغْنِي عَنْكَ آجُلُكَ إِذَا جَاءَ أَجْلُكَ لَا تَسْتَخِرُونَ سَاعَةً وَلَا

تَسْتَفِيدُونَ ۝

اور اگر اللہ لوگوں کو ان کی بے انصافی پر پکڑے تو زمین پر کسی جاندار کو نہ چھوڑے لیکن  
ایک مدت مقرر تک انہیں مہلت دیتا ہے، پھر جب ان کا وقت آتا ہے تو  
نہ ایک گھڑی پیچھے ہٹ سکتے ہیں اور نہ آگے بڑھ سکتے ہیں۔

(النمل 61)

وَاللّٰهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ  
السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَا تَعْلَمُونَ ۝  
اور اللہ نے تمہیں تمہاری ماؤں کے پیٹ سے نکالا تم کسی چیز کو نہ جانتے تھے  
اور تمہیں کان اور آنکھیں اور دل دیے تاکہ تم شکر کرو۔

(النمل 78)

وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ  
مَلُومًا مَّخْسُورًا ۝ إِنَّ رَبَّكَ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَن يَشَاءُ وَيَقْدِرُ ۚ إِنَّهُ  
كَانَ بِعِبَادِهِ خَبِيرًا بَصِيرًا ۝

اور اپنا ہاتھ اپنی گردن کے ساتھ بندھا ہوا نہ رکھ اور نہ اسے کھول دے بالکل ہی کھول دینا  
پھر تو پشیمان تھی دست ہو کر پیٹھ رہے گا۔ بے شک تیرا رب جس کے لیے  
چاہے رزق کشادہ کرتا ہے اور تنگ بھی کرتا ہے بے شک  
وہ اپنے بندوں کو جاننے والا دیکھنے والا ہے۔

(بنی اسرائیل 29-30)

وَاضْمِرْ لِنَفْسِكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ  
وَلَا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا  
قَلْبَهُ عَنْ ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا ۝

تو ان لوگوں کی صحبت میں رہ جو صبح اور شام اپنے رب کو پکارتے ہیں اسی کی رضا مندی  
پاتے ہیں، اور تو اپنی آنکھوں کو ان سے نہ ہٹا، کہ دنیا کی زندگی کی زینت تلاش کرنے لگ  
جائے، اور اس شخص کا کہنا نہ مان جس کے دل کو ہم نے اپنی یاد سے غافل کر دیا ہے اور  
اپنی خواہش کے تابع ہو گیا ہے اور اس کا معاملہ حد سے گزرا ہوا ہے۔

(الکہف 28)

إفْتَرَبَ لِلنَّاسِ حِسَابُهُمْ وَهُمْ فِي غَفْلَةٍ مُّعْرِضُونَ ۝ مَا يَأْتِيهِمْ مِنْ  
ذِكْرٍ مِنْ رَبِّهِمْ مُحَدَّثٍ إِلَّا اسْتَمَعُوهُ وَهُمْ يَلْعَنُونَ ۝  
لوگوں کے حساب کا وقت قریب آ گیا ہے اور وہ غفلت میں پڑ کر منہ پھیرنے والے  
ہیں۔ ان کے رب کی طرف سے سبھانے کے لیے کوئی ایسی نئی بات ان کے پاس  
نہیں آتی کہ جسے سن کر بنی میں نہ ٹال دیتے ہوں۔

(الانبیاء 24-1)

لَقَدْ أَرْسَلْنَا إِلَيْكُمْ كِتَابًا فِيهِ ذِكْرُكُمْ أَفَلَا تَعْقِلُونَ ۝  
الہدٰی تحقیق ہم نے تمہارے پاس ایک ایسی کتاب بھیجی ہے جس میں  
تمہاری نصیحت ہے، کیا پس تم نہیں سمجھتے۔

(الانبیاء 10)

وَمَا خَلَقْنَا السَّمَاءَ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا إِلَّا عِبْرَةً لِّذُنَا ۚ أَن تَقْعَدُوا  
لَهُوَ إِلَّا تُحَدِّثُكَ مِنَ اللَّذَّةِ ۚ إِن كُنَّا فَا عِبْرَةً ۝

اور ہم نے آسمان اور زمین کو اور جو کچھ ان کے بیچ میں ہے کھینچے ہوئے نہیں بنایا۔  
اور اگر ہم کھیل ہی بنانا چاہتے تو اپنے پاس کی چیزوں کو بناتے  
اگر ہمیں یہی کرنا ہوتا۔

(الانبیاء 16، 17)

أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُون لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ آذَانٌ  
يَسْمَعُونَ بِهَا فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي  
الضُّدُورِ ۝ وَيَسْتَعْجِلُونَكَ بِالْعَذَابِ وَلَنْ يُخْلِفَ اللَّهُ وَعْدَهُ وَإِنَّ  
يَوْمًا عِنْدَ رَبِّكَ كَأَلْفِ سَنَةٍ مِّمَّا تَعُدُّونَ ۝

کیا انہوں نے ملک میں سیر نہیں کی پھر ان کے ایسے دل ہو جاتے جن سے سمجھتے یا ایسے کان  
ہو جاتے جن سے سنتے، پس تحقیق بات یہ ہے کہ آنکھیں اندھی نہیں ہوتیں بلکہ دل جو سینوں  
میں ہیں اندھے ہو جاتے ہیں۔ اور تجھ سے عذاب جلدی مانگتے ہیں اور اللہ اپنے وعدہ کا ہرگز  
خلاف نہیں کرے گا، اور ایک دن تیرے رب کے ہاں

ہزار برس کے برابر ہوتا ہے جو تم سمجھتے ہو۔

(الحج 46، 47)



يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ارْكَعُوا وَاسْجُدُوا وَاعْبُدُوا رَبَّكُمْ وَافْعَلُوا الْخَيْرَ  
لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ۝ وَجَاهِدُوا فِي اللَّهِ وَعَلَىٰ جِهَادِهِ هُوَ اجْتَبَاكُمْ وَمَا جَعَلَ  
عَلَيْكُمْ فِي الدِّينِ مِنْ حَرَجٍ قُلْ أَتُحِبُّونَ آبَاءَكُمْ وَأَبْنَاؤَكُمْ  
وَأَقْرَبًا ۚ قُلْ أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ ۚ قُلْ إِنِّي خَشِيتُ  
الْعَذَابَ إِذَا تَوَلَّىٰ سَيِّئًا ۚ فَاذْكُرُوا اللَّهَ الَّذِي هُوَ  
مَوْلَاكُمْ فَيَنصَحَ الْمُؤْمِنِينَ ۚ

اور اللہ کی راہ میں کوشش کرو جیسا کوشش کرنے کا حق ہے، اس نے تمہیں پسند کیا ہے اور دین  
میں تم پر کسی طرح کی سختی نہیں کی، تمہارے باپ اور انہیں کا دین ہے، اسی نے تمہارا نام پہلے  
سے مسلمان رکھا تھا اور اس قرآن میں بھی تاکہ رسول تم پر گواہ بنے اور تم لوگوں پر گواہ بنو،  
پس نماز قائم کرو اور زکوٰۃ دو اور اللہ کو مضبوط ہو کر چکڑو دہی  
تمہارا مولیٰ ہے پھر کیا ہی اچھا مولیٰ اور کیا ہی اچھا مددگار ہے۔

(الحج 77-78)

وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَالَّذِينَ آمَنُوا  
وَلَمْ يَكُن لَّهُمْ كُفْرًا شَيْءٌ ۚ

اور جو حق ان کی خواہشوں کے مطابق ہوتا تو آسمان اور زمین میں اور جو کچھ ان میں ہے  
درہم ہر ہم ہو گیا ہوتا، بلکہ ہم نے تو ان کی نصیحت انہیں پہنچا دی ہے سو  
وہ اپنی نصیحت سے منہ موڑنے والے ہیں۔

(المومنون 71)

يَا وَيْلَتَى لَيْتَنِي لَمْ أَتَّخِذْ فُلًا تَاغِيلًا ۚ لَقَدْ أَهْلَيْتُ عَنِ الذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ  
جَاءَنِي وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِلْإِنْسَانِ خَدُولًا ۝

ہائے میری شامت! کاش میں نے فلاں کو دوست نہ بنایا ہوتا۔ اسی نے تو نصیحت  
کے آنے کے بعد مجھے بہکا دیا اور شیطان تو انسان کو رسوا کرنے والا ہی ہے۔

(الفرقان 28-29)

أَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَٰهَهُ هَوَاهُ ۚ أَفَأَنْتَ تَكُونُ عَلَيْهِ وَكِيلًا ۝ أَمْ تَحْسَبُ  
أَن أَسْمُرُكُمْ يَسْمَعُونَ أَوْ يَعْقِلُونَ ۚ إِنْ هُمْ إِلَّا كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَهْلُ  
سَبِيلٍ ۝ أَلَمْ تَرَ إِلَى رَبِّكَ كَيْفَ مَدَّ الظِّلَّ وَلَوْ شَاءَ لَجَعَلَهُ سَاكِنًا ثُمَّ  
جَعَلْنَا الشَّمْسُ عَلَيْهِ ذَلِيلًا ۝ ثُمَّ قَبَضْنَا هَوَاهُ إِلَيْنَا فَضْأًا تَيْسِيرًا ۝

کیا تم نے اس شخص کو دیکھا جس نے اپنا خدا اپنی خواہشات نفسانی کو بنا رکھا ہے، پھر کیا تو  
اس کا ذمہ دار ہو سکتا ہے۔ یا تو خیال کرتا ہے کہ اکثر ان میں سے سنتے یا سمجھتے ہیں، یہ تو محض  
چوپایوں کی طرح ہیں، بلکہ ان سے بھی زیادہ گمراہ ہیں۔ کیا تو نے اپنے رب کی طرف نہیں  
دیکھا کہ اس نے سایہ کو کیسے پھیلا یا ہے، اور اگر چاہتا تو اسے ٹھہرا رکھتا، پھر ہم نے سورج کو  
اس کا سبب بنا دیا ہے۔ پھر ہم اسے آہستہ آہستہ اپنی طرف سینے ہیں۔

(الفرقان 43-46)

الَّذِي خَلَقَنِي فَهُوَ يُهْدِينِي ۝ وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِي ۝ وَإِذَا مَرِئْتُ  
فَهُوَ يَشْفِينِي ۝ وَالَّذِي يُبَيِّتُنِي لَمْ يُخَيِّبْنِي ۝ وَالَّذِي أَظْمَحَ أَن تَغْلِبَنِي  
خَطِيئَتِي يَوْمَ الدِّينِ ۝

جس نے مجھے پیدا کیا پھر وہی مجھے راہ دکھاتا ہے۔ اور وہ جو مجھے کھلاتا اور پلاتا ہے۔ اور جب میں بیمار ہوتا ہوں تو وہی مجھے شفا دیتا ہے۔ اور وہ جو مجھے مارے گا پھر زندہ کرے گا۔ اور وہ جو مجھے امید ہے کہ میرے گناہ قیامت کے دن مجھے بخش دے گا۔

(الشعراء، 78 تا 82)

وَالشُّعْرَاءُ يَتَّبِعُهُمُ الْغَاوُونَ ۝ أَلَمْ تَرَأَنَّهُمْ فِي كُلِّ وَادٍ يَدْعُونَ  
۝ وَآلَهُمْ يَقُولُونَ مَآلًا يَفْعَلُونَ ۝ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ  
وَذَكَرُوا اللَّهَ كَذِكْرٍ وَإِتْقَانٍ ۝ وَالْبُغْيَاءُ يَمْكُرُونَ ۝ وَيَسْتَعْلِمُ الَّذِينَ  
ظَلَمُوا الْحَقَّ

مُنْقَلَبٌ يَنْقَلِبُونَ ۝

اور شاعروں کی پیروی تو گمراہی کرتے ہیں۔ کیا تم نے نہیں دیکھا کہ وہ ہر میدان میں بھٹکتے پھرتے ہیں۔ اور جو وہ کہتے ہیں کرتے نہیں۔ مگر وہ جو ایمان لائے اور نیک کام کیے اور اللہ کو بہت یاد کیا اور مظلوم ہونے کے بعد بدلہ لیا، اور ظالموں کو اب بھی معلوم ہو جائے گا کہ کس کروٹ پر پڑتے ہیں۔

(الشعراء، 224 تا 227)

فَخَرَجَ عَلَى قَوْمِهِ فِي زِينَتِهِ ۚ قَالَ الَّذِينَ يُرِيدُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا يَا لَيْتَ لَنَا  
بِمِثْلِ مَا أُوتِيَ قَارُونُ إِنَّهُ لَذُو حَظٍّ عَظِيمٍ ۝ وَقَالَ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ  
وَلَكُمْ ثَوَابُ اللَّهِ خَيْرٌ لِّمَن آمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا وَلَا يُلَاقَاهَا إِلَّا الصَّابِرُونَ ۝  
فَتَسْتَأْذِنُ بَدَارِهِ الْأَرْضَ كُلَّهَا قَنَاتٍ ۚ لَئِنْ كَانَ لَهَ مِنْ فِتْنَةٍ يَتَنَصَّرُونَ ۚ وَهِيَ تَدُورُ فِي الدُّنْيَا

وَمَا كَانَ مِنَ الْمُتَعَمِّرِينَ ۝ وَأَصْبَحَ الَّذِينَ تَمَنَّوْا مَكَانَهُ بِالْأَمْسِ يَقُولُونَ  
وَيَسْأَلُ اللَّهَ تَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَيَقْدِرُ لَوْلَا أَنْ مَنَّ اللَّهُ  
عَلَيْنَا لَخَسَفَ بِكَ وَيَسْأَلُكَ لَا يُفْلِحُ الْكَافِرُونَ ۝

اپنی قوم کے سامنے اپنے ٹھانڈے سے نکلا، جو لوگ دنیا کی زندگی کے طالب تھے کہنے لگے  
اے کاش ہمارے لیے بھی ویسا ہوتا جیسا کہ قارون کو دیا گیا ہے، بے شک وہ بڑے نصیب  
والا ہے۔ اور علم والوں نے کہا تم پر افسوس ہے اللہ کا ثواب بہتر ہے اس کے لیے جو ایمان  
لایا اور نیک کام کیا، مگر صبر کرنے والوں کے سوا نہیں ملا کرتا۔

پھر ہم نے اسے اور اس کے گھر کو زمین میں دھنسا دیا، پھر اس کی ایسی کوئی جماعت نہ تھی جو  
اسے اللہ سے بچا لیتی اور نہ وہ خود بچ سکا۔ اور وہ لوگ جو کل اس کے مرتبہ کی تمنا کرتے تھے  
آج صبح کو کہنے لگے کہ ہائے شامت! اللہ اپنے بندوں میں سے جس کے لیے چاہتا ہے  
روزی کشادہ کر دیتا ہے اور تنگ کر دیتا ہے، اگر ہم پر اللہ کا احسان نہ ہوتا تو  
ہمیں بھی دھنسا دیتا، ہائے! کافر نجات نہیں پاسکتے۔

(القصص 79 تا 82)

الْعَم ۝ أَحْسِبَ النَّاسُ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ  
۝ وَلَقَدْ فَتَنَّا الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ فَلَيَعْلَمَنَّ اللَّهُ الَّذِينَ صَدَقُوا وَلَيَعْلَمَنَّ  
الْكَافِرِينَ ۝ أَمْ حَسِبَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ السَّيِّئَاتِ أَنْ يَسْبِقُونَا سَاءَ  
مَا يَحْكُمُونَ ۝

ال م۔ کیا لوگ خیال کرتے ہیں یہ کہنے سے کہ ہم ایمان لائے ہیں چھوڑ دیے جائیں گے  
اور ان کی آزمائش نہیں کی جائے گی۔ اور جو لوگ ان سے پہلے گزر چکے ہیں ہم نے انہیں

میں آرمایا تھا، سو اللہ انہیں ضرور معلوم کرے گا جو سچے ہیں اور ان کو بھی جو جھوٹے ہیں۔  
کیا وہ لوگ جو برے کام کرتے ہیں یہ سمجھتے ہیں کہ ہمارے قابو سے نکل جائیں گے  
برائے جو فیصلہ کرتے ہیں۔

(العنکبوت 41 تا 42)

وَمَنْ أَحْسَنُ قَوْلًا لِّمَنْ دَعَا إِلَى اللَّهِ وَعَمِلَ صَالِحًا وَقَالَ إِنِّي مِنَ  
الْمُسْلِمِينَ ۝ وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا  
الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ ۝ وَمَا يُلْقَاكَ إِلَّا  
بِلُطْفٍ فَصَبْرٌ ۝ وَمَا يُلْقَاكَ إِلَّا بِكُفٍّ عَظِيمٍ ۝

اور اس سے بہتر کس کی بات ہے جس نے لوگوں کو اللہ کی طرف بلا یا اور خود بھی اچھے کام کیے  
اور کہا ہے شک میں بھی فرمانبرداروں میں سے ہوں۔ اور نیکی اور بدی برابر نہیں ہوتی،  
(برائی کا) دفعیہ اس بات سے کیجیے جو اچھی ہو پھر ناگہاں وہ مخلص جو تیرے اور اس کے  
دوہاں دشمنی تھی ایسا ہوگا گویا کہ وہ مخلص دوست ہے۔ اور یہ بات نہیں دی جاتی مگر انہیں جو  
صابر ہوتے ہیں اور یہ بات نہیں دی جاتی مگر اس کو جو بڑا سخت والا ہے۔

(حم اسجد 33 تا 35)

أَوَلَمْ نَعْتَزْكُم مَّا بَيْنَ يَدَيْكُمْ فِيهِمْ مَنْ تَدْعُو وَجَاءَ كُفْرُ الْفَاسِقِينَ  
فَلْيُوقُوا فِتْنًا أَلْمُظَالِمِينَ مِنَ الْمُجْرِمِينَ ۝

اور اس میں چلا گئے کہ اے ہمارے رب ہمیں نکال، ہم نیک کام کریں برخلاف  
ان کاموں کے جو کیا کرتے تھے، کیا ہم نے تمہیں اتنی عمر نہیں دی تھی جس میں

سمجھنے والا سمجھ سکتا تھا اور تمہارے پاس ڈرائے والا آیا تھا پس مرہ بکھو  
پس ظالموں کا کوئی مددگار نہیں۔

(فاطر 37)

كَذَّبَ لَكُمْ فَلَا مَنَ أَنْفُسِكُمْ ۚ هَلْ لَّكُمْ مَن مَّا مَلَكَتْ  
أَيْمَانُكُمْ مِنْ شُرَكَاءَ فِي مَآرَزِنَا كُمْ فَأَنْتُمْ فِيهِ سَوَاءٌ  
تَخَافُونَهُمْ كَخِيفَتِكُمْ أَنْفُسَكُمْ ۚ كَذَلِكَ نُفَصِّلُ الْآيَاتِ  
لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ۝

وہ تمہارے لیے تمہارے ہی حال کی ایک مثال بیان فرماتا ہے، کیا جن کے تم مالک ہو  
اس میں تمہارے شریک ہیں جو ہم نے تمہیں دیا ہے کہ پھر اس میں تم برابر ہو، تم ان سے اس  
طرح ڈرتے (فکر مند) ہو جس طرح اپنوں سے ڈرتے (فکر مند) ہو،  
اس طرح ہم عقل والوں کے لیے آیتیں کھول کر بیان کرتے ہیں۔

(الروم 28)

إِنْ يَشَأْ يُذْهِبْكُمْ وَيَأْتِ بِخَلْقٍ جَدِيدٍ ۝ وَمَا خَلَقَ عَلَى التَّوْبِ بَعْدَ نِيَّتِهِ ۝  
اگر وہ چاہے تو تمہیں لے جائے اور نئی مخلوق لے آئے۔

اور یہ بات اللہ تعالیٰ پر کچھ مشکل نہیں۔

(فاطر 16-17)

إِن شِئْتُمْ إِنَّا فِي الْأَرْضِ وَمَكْرُ السَّيِّئِ وَلَا يَحِثُّ التَّكْرُ السَّيِّئِ إِلَّا بِأَخْلَافِهِ  
فَهَلْ يَنْظُرُونَ إِلَّا سُلُوكَ الْأَوَّلِينَ فَلَن تَجِدَ لِسُلُوكِ اللَّهِ تَبْدِيلًا  
وَلَن تَجِدَ لِسُلُوكِ اللَّهِ تَحْوِيلًا ۝

کہ ملک میں سرکشی اور بری تدبیریں کرنے لگ گئے، اور بری تدبیر تو تدبیر کرنے والے ہی پرالت پڑتی ہے، پھر کیا وہ اسی برتاؤ کے منتظر ہیں جو پہلے لوگوں سے برتا گیا، پس تو اللہ کے قانون میں کوئی تبدیلی نہیں پائے گا اور تو اللہ کے قانون میں کوئی تغیر نہیں پائے گا۔

(فاطر 43)

وَأَنذَرْتَهُمُ اللَّيْلَ أَن تَصْلَخَ مِنْهُ النَّهَارَ فَمَا ذَا هُمْ مُظْلِمُونَ ۝ وَالشَّمْسُ  
تَجْرِي لِإِمْدَانِهَا ذَٰلِكَ تَقْدِيرُ الْعَزِيزِ الْعَلِيمِ ۝

اور ان کے لیے رات بھی ایک نشانی ہے، کہ ہم اس کے اوپر سے دن کو اتار دیتے ہیں پھر ناکہاں وہ اندھیرے میں رہ جاتے ہیں۔ اور سورج اپنے ٹھکانے کی طرف چلتا رہتا ہے، یہ نہ بدست خبردار (اللہ) کا بنایا ہوا ہے۔

(یس 37 38)

أَوَلَمْ يَرَوْا أَنَّا خَلَقْنَا لَهُمْ مِنَّا غُرُوفًا يُدِيرُونَ فِيهَا فَلَمَّا خَلَقْنَا لَهُمُ  
فَالْكُفُونَ ۝ وَذَلَّلْنَاهَا لَهُمْ فَمِنْهَا رَكُوبُهُمْ وَمِنْهَا يَأْكُلُونَ ۝  
وَلَهُمْ فِيهَا مَنَاقِبُ وَمَشَارِبٌ أَفْلا يَشْكُرُونَ ۝

کیا انہوں نے نہیں دیکھا کہ ہم نے ان کے لیے اپنے ہاتھوں سے چار پائے بنائے جن

کے وہ مالک ہیں۔ اور انہیں ان کے بس میں کرو یا ہے پھر ان میں سے کسی پر چڑھتے ہیں اور کسی کو کھاتے ہیں۔ اور ان کے لیے ان میں اور بہت سے فائدے اور پینے کی چیزیں ہیں، پھر کیوں شکر نہیں کرتے۔

(یس 71-73)

الَّذِي جَعَلَ لَكُم مِّنَ الشَّجَرِ الْأَخْضَرِ نَارًا فَإِذَا أَنتُم مِّنْهُ تُوقِدُونَ ۝  
وہ جس نے تمہارے لیے سبز درخت سے آگ پیدا کر دی کہ تم جھٹ پٹ اس سے آگ لگا لیتے ہو۔

(یس 80)

كَذَّبَ اللَّهُ مَقَلًا رَّجُلًا فَبُذِّرَ كَنَاءً مُّتَشَاكِسُونَ وَرَجُلًا سَلَمًا لِّرَجُلٍ  
هَلْ يَسْتَوِيَانِ مَقَلًا ۝ الْحَمْدُ لِلَّهِ هَلْ أَكْثَرُهُمْ لَا يَعْلَمُونَ ۝  
اللہ نے ایک مثال بیان کی ہے ایک غلام ہے جس میں کئی خدی شریک ہیں اور ایک غلام  
سالم ایک ہی شخص کا ہے، کیا دونوں کی حالت برابر ہے، سب تعریف اللہ  
ہی کے لیے ہے، مگر ان میں سے اکثر نہیں سمجھتے۔

(الزمر 29)

وَمَا هِيَ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهْوٌ وَلَعِبٌ وَإِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِئًا  
الْحَيَوَانُ لَوَ كَانُوا يَعْلَمُونَ ۝

اور یہ دنیا کی زندگی تو صرف کھیل اور تماشا ہے، اور اصل زندگی عالم



آخرت کی ہے کاش وہ سمجھتے۔

(العنکبوت 64)

فَإِذَا مَشَى الْإِنْسَانُ ذُرِّيَّةً نَّازِغَةً إِذَا رَآهُ عَوَّلَتْ أُوْبَيْنَهُ  
عَلَىٰ عِلْمِ بَإِلِّهِ فِي شِقَاقٍ وَلَكِنَّ أَكْثَرَهُمْ لَا يَعْلَمُونَ ۝

پھر جب آدمی پر کوئی مصیبت آتی ہے تو ہمیں پکارتا ہے، پھر جب ہم اسے اپنی نعمت عطا کرتے ہیں تو کہتا ہے یہ تو مجھے میری عقل سے ملی ہے، بلکہ یہ نعمت آزمائش ہے اور لیکن ان میں سے اکثر نہیں جانتے۔

(الزمر 49)

وَمَا قَدَرُوا اللَّهَ حَقَّ قَدْرِهِ وَالْأَرْضُ جَمِيعًا قَبْضَتُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ  
وَالسَّمَاوَاتُ مَطْوِيَّاتٌ بِيَمِينِهِ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَىٰ عَمَّا يُشْرِكُونَ ۝

اور انہوں نے اللہ کی قدر نہیں کی جیسا کہ اس کی قدر کرنے کا حق ہے، اور یہ زمین قیامت کے دن سب اسی کی مٹھی میں ہوگی اور آسمان اس کے داہنے ہاتھ میں لپٹے ہوئے ہوں گے، وہ پاک اور برتر ہے اس سے جو دوسرے پرستہ کرتے ہیں۔

(الزمر 67)

لَا تَسْأَلُ الْإِنْسَانَ مِنْ دُعَاءِ الْخَيْرِ وَإِنْ مَسَّهُ الْفَقْرُ فَيَسْأَلْهُ قَنْوُطٌ ۝ وَلَكِنْ  
أَفْلَحْنَا وَرَحِمْنَا مِنْ بَعْدِ طَرْدِ آءِ مَسَّهُ لِيَقُولَ هَذَا لِي وَمَا أَظُنُّ  
السَّاعَةَ قَائِمَةً وَلَكِنْ رُجِعْتُ إِلَىٰ رَبِّي إِنَّ لِي عِنْدَهُ لَلْخُسْفَىٰ فَلَنُنَازِلَنَّ

الَّذِينَ كَفَرُوا وَاجْتَابُوا عَمَلُهُمْ وَتَلْوَاهُ يُقَاتِلُهُمْ قَوْمٌ عَذَابٌ عَلَيْهِمْ ۝ وَإِذَا أَنْعَمْنَا عَلَى الْإِنْسَانِ أَغْرَضَ وَتَأْتِيهِمْ وَإِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ قَلْبُهُ دُعَاءٌ غَرِيبٌ ۝  
انسان بھلائی مانگنے سے نہیں جھکتا، اور اگر اسے کوئی تکلیف پہنچ جائے تو ماہوس اور تامل میں جاتا ہے۔ اور اگر ہم اسے اس مصیبت کے بعد جو اس پر آئی تھی اپنی رحمت کا مزہ چکھاتے ہیں تو کہتا ہے یہ میرا حق تھا، اور میں نہیں خیال کرتا کہ قیامت قائم ہوگی اور اگر میں اپنے رب کے پاس گیا بھی تو بے شک میرے لیے اس کے ہاں بھلائی ہی ہوگی، ہم کافروں کو ضرور بتائیں گے جو کچھ وہ کرتے رہے اور ہم ضرور انہیں سخت عذاب چکھائیں گے۔ اور جب ہم نے انسان پر انعام کیا تو اس نے منہ پھیر لیا اور کنارہ کش ہو گیا، اور جب اس کو تکلیف پہنچی تو لمبی چوڑی دعا کرنے لگا۔

(ہم السجدہ 49 تا 51)

فَاطِرُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا وَمِنَ الْأَنْعَامِ أَزْوَاجًا تَذَرُونَ ۝ فِيمَا بَيْنَهُمَا لَيْسَ كَمِثْلِهِ شَيْءٌ ۝ وَهُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ ۝

وہ آسمانوں اور زمین کا پیدا کرنے والا ہے، اسی نے تمہاری جنس سے تمہارے جوڑے بنائے اور چار پاؤں کے بھی جوڑے بنائے، جنہیں زمین میں پھیلاتا ہے، کوئی چیز اس کی مثل نہیں، اور وہ سنے والا دیکھنے والا ہے۔

(الشوریٰ 11)

وَلَوْ بَسَطَ اللَّهُ الرِّزْقَ لِعِبَادِهِ لَبَغَوْا فِي الْأَرْضِ وَلَكِنْ يُنْزِلُ بِقُدْرَتِهِ

يَسْأَلُ إِنَّهُ بِعِبَادِهِ خَبِيرٌ بَصِيرٌ ۝

اور اگر اللہ اپنے بندوں کی روزی کشادہ کر دے تو زمین پر سرکشی کرنے لگیں لیکن وہ ایک انداز سے اتار تا ہے جتنی چاہتا ہے، بے شک وہ اپنے بندوں سے خوب خبردار دیکھنے والا ہے۔

(اشوری 27)

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ  
مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ ۝ إِذْ يَتَلَفَّى الْمُتَلَقِّيَانِ عَنِ الْيَمِينِ وَعَنِ الشِّمَالِ  
قَعِيدٌ ۝ مَّا يَلْفُظُ مِنْ قَوْلٍ إِلَّا لَدُنْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ ۝

اور بے شک ہم نے انسان کو پیدا کیا اور ہم جانتے ہیں جو دوسو اس کے دل میں گزرتا ہے، اور ہم اس سے اس کی رگ جاں سے بھی زیادہ قریب ہیں۔ جب کہ ضبط کرنے والے دائیں اور بائیں بیٹھے ہوئے ضبط کرتے جاتے ہیں۔ وہ منہ سے کوئی بات نہیں نکالتا مگر اس کے پاس ایک ہوشیار محافظ ہوتا ہے۔

(ق 16 تا 18)

وَنُفِخَ فِي الصُّورِ ذَٰلِكَ يَوْمَ الْوَعْدِ ۝ وَجَاءَتْ كُلُّ نَفْسٍ مَّعَهَا سَائِقٌ  
وَمُحِبٌّ ۝ لَقَدْ كُنْتُمْ فِي غَفْلَةٍ مِّنْ هَٰذَا فَكَشَفْنَا عَنْكَ غِطَاءَكَ  
فَبَصَّرْنَاكَ الْيَوْمَ ۝

اور صور میں پھونکا جائے گا، وعدہ عذاب کا دن یہی ہے۔ اور ہر ایک شخص آئے گا اس کے ساتھ ایک ہوشیار اور ایک گواہی دینے والا ہوگا۔ بے شک تو اس دن سے غفلت

میں رہا پس ہم نے تجھ سے تیرا پروردگار کو واپس تیری ننگاؤں کی بڑی تیر ہے۔

(ق 20: 22)

وَالَّذِينَ آمَنُوا وَاتَّبَعَتْهُمْ ذُرِّيَّتُهُمْ بِإِيمَانٍ أَلْحَقْنَا بِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَمَا  
أَلْتَنَاهُمْ مِنْ عَمَلِهِمْ مِنْ شَيْءٍ كُلُّ امْرِئٍ عِنْدَنَا مُنْقَبَذٌ ۝

اور جو لوگ ایمان لائے اور ان کی اولاد نے ایمان میں ان کی پیروی کی ہم ان کے ساتھ ان  
کی اولاد کو بھی (جنت) میں ملا دیں گے اور ان کے عمل میں سے کچھ بھی کم نہ کریں گے ہر  
شخص اپنے عمل کے ساتھ وابستہ ہے۔

(الطور 21)

وَأَنَّهُ هُوَ أَضْحَكَ وَأَبْكَى ۝

اور یہ کہ وہی ہنساتا ہے اور رلاتا ہے۔

(النجم 43)

يَا مَعْشَرَ الْجِنِّ وَالْإِنسِ إِنِ اسْتَظَعْتُمْ أَن تَنْفُلُوا مِنْ أَقْطَارِ الشَّعَائِرِ  
وَالْأَرْضِ فَانْفُلُوا لَا تَنْفُلُوا إِلَّا بِسُلْطَانٍ ۝ فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ ۝  
يُرْسَلُ عَلَيْكُمَا شُوَاظٌ مِّن نَّارٍ وَنُحَاسٌ فَلَا تَنْتَصِرَانِ ۝

فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ ۝

اے جنوں اور انسانوں کے گروہ! اگر تم آسمانوں اور زمین کی حدود سے باہر نکل سکتے ہو  
نقل جاؤ، تم بغیر زور کے نہ نکل سکو گے۔ پھر تم اپنے رب کی کس کس نعمت کو بھٹاؤ گے۔

تم پر آگ کے شعلے اور دھواں چھوڑا جائے گا پھر تم بچ نہ سکو گے۔

پھر تم اپنے رب کی کس کس نعمت کو بھٹاؤ گے۔

(الحزن 33-36)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَيْرِ اللَّهِ وَاتَّقُوا اللَّهَ

إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ۝

اے ایمان والو! اللہ سے ڈرو اور ہر شخص کو دیکھنا چاہیے کہ اس نے کل کے لیے کیا آگے بھیجا

ہے، اور اللہ سے ڈرو کیونکہ اللہ تمہارے کاموں سے خبردار ہے۔

(الحشر 18)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ ۝ كَثِيرٌ مِّمَّنْ عِندَ اللَّهِ

أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ ۝

اے ایمان والو! کیوں کہتے ہو جو تم کرتے نہیں۔ اللہ کے نزدیک بڑی ناپسند

بات ہے جو کہ اس کو کرتے نہیں۔

(الصف 2-3)

لَوْ كُنَّا نَعْلَمُ لَيُؤْمَرُ الْجَنَّةُ بِذَلِكَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَمَنْ يُؤْمَرْ بِاللَّهِ وَيَعْتَلِ

صَالِحًا يُكْفَرُ عَنْهُ سَيِّئَاتِهِ وَيُدْخَلُهُ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ

عَالِدِينَ فِيهَا أَتَىٰ ذَٰلِكَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ ۝

جس دن تمہیں جمع ہونے کے دن جمع کرے گا، وہ دن ہمارے جیت کا ہے، اور جو کوئی اللہ پر ایمان لائے اور نیک عمل کرے اللہ اس سے اس کی برائیاں دور کر دے گا اور اسے بہشتوں میں داخل کرے گا جن کے نیچے نہریں بہہ رہی ہوں گی ان میں ہمیشہ رہیں گے، یہی بڑی کامیابی ہے۔

(التغابن 9)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنِّ مِنْ آرزو آجکے واولاد کڈکے عذو الکل  
فَاخْذَرُوا هُمْ وَإِنْ تَعَفُّوا وَتَصْفَحُوا وَتَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ  
إِنَّمَا آمَوَ الْكُفْرُ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَاللَّهُ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ  
اسْتَظْعَمْتُمْ وَأَسْعَوْا وَأَطِيعُوا وَأَنِفُوا خَيْرٌ إِلَّا نَفْسُكُمْ وَمَنْ يُوقِ نَفْسَهُ  
فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ

اے ایمان والو! اے شک تمہاری بیویوں اور اولاد میں سے بعض تمہارے دشمن بھی ہیں سو ان سے بچتے رہو، اور اگر تم معاف کرو اور درگزر کرو اور بخش دو تو اللہ بھی بخشنے والا نہایت رحم والا ہے۔ تمہارے مال اور اولاد تمہارے لیے محض آزمائش ہیں اور اللہ کے پاس تو بڑا اجر ہے۔ پس جہاں تک تم سے ہو سکے اللہ سے ڈرو اور سنو اور حکم مانو اور اپنے بھلے کے لیے خرچ کرو، اور جو شخص اپنے دل کے لالچ سے محفوظ رکھا گیا

سو وہی فلاح بھی پانے والے ہیں۔

(التغابن 14 تا 16)

فَاضْبِرْ لَكُمْ رَبِّكَ وَلَا تَكُنْ كَصَاحِبِ الْخَوْتِ إِذْ نَادَى وَهُوَ مَكْظُومٌ

لَوْلَا أَنْ تَدَارَكَهُ نِعْمَةٌ مِنْ رَبِّهِ لَنُبِذَ بِالْعَرَاءِ وَهُوَ مَذْمُومٌ ۝

فَاجْتَنِبْكُمْ رَبُّهُ فَعَلَّاهُ مِنَ الضَّالِّينَ ۝

پھر آپ اپنے رب کے حکم کا انتظار کریں اور مچھلی والے جیسے نہ ہو جائیں جب کہ اس نے اپنے رب کو پکارا اور وہ بہت ہی تمکین تھا۔ اگر اس کے رب کی رحمت اسے نہ سنبھال لیتی تو وہ برے حال سے پھیل میدان میں پھینکا جاتا۔ پس اسے اس کے رب نے نوازا

پھر اسے نیک بختوں میں کر دیا۔

(القلم 48 تا 50)

يَوْمَ تَكُونُ السَّمَاءُ كَالْهَيْلِ ۝ وَتَكُونُ الْجِبَالُ كَالْعِهْيِ ۝ وَلَا يَسْأَلُ  
حَمِيمٌ حَمِيمًا ۝ يُبْخَرُونَ عَنْهُمْ يُؤَدُّ الْمُنَجِّمُونَ ۝ لَوْ لَفُتْنِي مِنْ عَذَابٍ يَوْمَ يُنْفَخُ  
الْصُّحُفُ ۝ وَصَاحِبَتُهُ وَأَخِيهِ ۝ وَقَصِيصَتُهُ الَّتِي تُؤْوِيهِ ۝ وَمَنْ فِي الْأَرْضِ  
جَمِيعًا ثُمَّ يُنْجِيهِ ۝ كَلَّا إِنَّهَا لَأُظْلَى ۝ نَزَّاعَةً لِّلشَّوْىِ ۝ تَدْعُوا مَنْ أَدْبَرَ  
وَتَوَلَّى ۝ وَتَجَمَعَ فَأَوْعَى ۝ إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ۝ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ  
جَزُوعًا ۝ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ۝ إِلَّا الْمُسْلِمِينَ ۝ الَّذِينَ هُمْ عَلَى  
صَلَاحِهِمْ دَائِمُونَ ۝ وَالَّذِينَ فِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ مَّعْلُومٌ ۝ لِّلشَّائِلِ  
وَالْمُغْرُورِ ۝ وَالَّذِينَ يُصَدِّقُونَ بَيِّنَاتٍ ۝ وَالَّذِينَ هُمْ عَنْ عَذَابِ  
رَبِّهِمْ مُشْفِقُونَ ۝ إِنَّ عَذَابَ رَبِّهِمْ غَيْرُ مَأْمُونٍ ۝

جس دن آسمان پھلے ہوئے تاجے کی مانند ہوگا۔ اور پہاڑ دھنی ہوئی رنگ دار اون کی طرح  
ہوں گے۔ اور کوئی دوست کسی دوست کو نہیں پوچھے گا۔ وہ انہیں دکھائے جائیں گے،

محرم چاہے گا کہ کاش اس دن کے عذاب کے بدلے میں اپنے بیٹوں کو دے دے۔ اور اپنی بیوی اور اپنے بھائی کو۔ اور اپنے اس کنبہ کو جو اسے پناہ دیتا تھا۔ اور ان سب کو جو زمین میں ہیں پھر اپنے آپ کو بچالے۔ ہرگز نہیں بے شک وہ تو ایک آگ ہے۔ کھالوں کو جانے والی۔ اس کو بلائے گی جس نے پیٹھ پھیری اور منہ موڑا۔ اور مال جمع کیا اور گن گن کر رکھا۔ بے شک انسان کم ہمت پیدا ہوا ہے۔

جب اسے تکلیف پہنچتی ہے تو چلا اٹھتا ہے۔ اور جب اسے مال ملتا ہے تو بڑبھٹیل ہے۔ مگر وہ نمازی۔ جو اپنی نماز پر ہمیشہ سے قائم ہیں۔ اور وہ جن کے مالوں میں حصہ معین ہے۔ سائل اور غیر سائل کے لیے۔ اور وہ جو قیامت کے دن کا یقین رکھتے ہیں۔ اور وہ جو اپنے رب کے عذاب سے ڈرنے والے ہیں۔ بے شک ان کے رب کے عذاب کا خطرہ لگا ہوا ہے۔

(المعارف 8: 28)

إِنَّ نَافِثَةَ اللَّيْلِ إِذَا أَشَدُّ وَظَنًا وَأَقْوَمُ قِيلًا ۝

بے شک رات کا اٹھنا نفس کو خوب زیر کرتا ہے اور بات بھی صحیح نکلتی ہے۔

(الزلزلہ 6)

هَلْ أَتَى عَلَى الْإِنْسَانِ حِينٌ مِّنَ الدَّهْرِ لَمْ يَكُنْ شَيْئًا مَّاذُنُورًا ۝

انسان پر ضرور ایک ایسا زمانہ بھی آیا ہے کہ اس کا کہیں کچھ بھی ذکر نہ تھا۔

(المدھر 1)



وَمَا تَشَاءُونَ إِلَّا أَنْ يَشَاءَ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا حَكِيمًا ۝

اور تم جب ہی چاہو گے جب اللہ چاہے گا، بے شک اللہ سب کچھ  
جانتے والا حکمت والا ہے۔

(الحدید 30)

فَهَزَمُوهُمْ بِإِذْنِ اللَّهِ وَقَتَلَ دَاوُدُ جَالُوتَ وَآتَاهُ اللَّهُ الْمُلْكَ وَالْحِكْمَةَ  
وَعَلَيْهِ سَلَامٌ ۚ وَلَوْلَا دَفْعُ اللَّهِ النَّاسَ بَعْضَهُمُ بِبَعْضٍ لَّفَسَدَتِ  
الْأَرْضُ وَلَكِنَّ اللَّهَ ذُو فَضْلٍ عَلَى الْعَالَمِينَ ۝

پھر اللہ کے حکم سے مومنوں نے جالوت کے لشکروں کو شکست دی اور داؤد نے جالوت کو مار  
ڈالا، اور اللہ نے سلطنت اور حکمت داؤد کو دی اور جو چاہا اسے سکھایا اور اگر اللہ کا بعض کو  
بعض کے ذریعے سے دفع کر دیتا نہ ہوتا تو زمین فساد سے پر ہو جاتی،  
لیکن اللہ جہاں والوں پر بہت مہربان ہے۔

(البقرہ 251)

☆☆☆☆☆☆

اكتشافات  
Insights

یادداشت memory ذہن میں تب محفوظ save ہوتی ہے جب جذبہ emotion اس خیال، واقعے، منظر سے جڑ جائے connect ہو جائے جو ذہن میں آ رہا ہے۔ جیسے ہی سوچ، جذبہ سے، احساس سے مل جاتی ہے۔ میموری یعنی یادداشت، ذہن کے خلیات cells میں چل جاتی ہے burst ہو جاتی ہے اور یادداشت بن جاتی ہے۔

سوچ کو میموری میں محفوظ ہونے کیلئے اس کا یادداشت کے خلیات میں چل جانا ضروری ہے۔ اس برسٹنگ bursting کیلئے سوچ کو جس انرجی کی ضرورت ہوتی ہے وہ نفس اسے جذبات یعنی emotions کی صورت میں مہیا provide کرتا ہے۔

احساس، جذبہ ہے اور جذبہ توانائی energy ہے۔

خیال چھوٹا ہے، الہامی ہے، تیز ہے، لپک کر آتا ہے، سوچ طویل ہے، گجھلک ہے، تاویر رہتی ہے۔ سوچ نفس کی کاریگری ہے اور خیال باہری ہے۔ سوچ وطنیات سے ہے اور خیال خارج سے ہے thought کچھ اور ہے thinking کچھ اور شے ہے۔

لوگ اپنے پیاروں کیلئے آنسوؤں کے جگ بہاتے ہیں مگر اللہ کیلئے آنسو کا ایک قطرہ نکلنا مشکل ہوتا ہے۔ مکھی کے سر کے برابر وہ ایک قطرہ جہاں انسان کو بخش دینے کیلئے

اس کے رب کو درکار ہے۔

قرآن سزا اور جزا سے تعلیم دیتا ہے punishment and reward system  
سے انسان کو سکھاتا ہے۔

ہر گناہ کا withdrawal ہے cravings بھی ہیں۔

نا محرم کو دیکھنے، فحاشی اور بے حیائی کے کاموں میں مصروف رہنے سے آخر کار ہنگو آئی،  
ڈپریشن اور میموری لاس شروع ہو جاتا ہے۔ کرپٹ ڈیٹا corrupt data ذہن میں مخ  
store ہونے سے میموری malfunction کرنے لگ جاتی ہے جس سے سینٹرل نروس  
سسٹم (CNS) ہائپر ہو جاتا ہے۔

اللہ سے اپنی محبت کا اندازہ لگانے کیلئے انسان کو ایک نظری تو درکار ہے۔  
کیا اتنا بھی نہیں کر سکتا؟ اپنے ذہن پر نظر ڈالے۔ اُس کے خیالوں میں کون تایا ہے؟  
کیا وہ اللہ ہے؟ اگر نہیں تو کیا وہ دینا ہے؟

اقْرَأْ كِتَابَكَ كَفَىٰ بِتَفْقِيسِكَ الْيَنُوءَ عَلَيْكَ حَسِبْتُمْ ۝  
اپنا نامہ اعمال پڑھ لے، آج اپنا حساب لینے کے لیے تو ہی کافی ہے۔

(الاسراء 14)

انسان فطر جاست اور کامل ہے۔ آسان کام کرنا چاہتا ہے۔ جس کام میں بے حد محنت اور شدید مشقت نظر آتی ہے چاہتا ہے کہ کوئی اور اسے کر دے۔

عقل بغیر علم صرف اندھا پن ہے اگر عقل کے پاس علم کا نور نہ ہو تو آدم اندھا ہے۔  
پل پل ٹھوکریں کھاتا ہوا ایک ماورزا دا اندھا۔

جب تک اللہ نہ چاہے انسان کا زاویہ نظر وسیع نہیں ہو سکتا perspective  
enhance نہیں ہو سکتا۔ عقل، نظر، سماعت سب کچھ مہر selaed کیا ہوا ہوتا ہے۔ بند  
for blocked ہے۔ ہدایت مانگنے سے ملتی ہے۔

انسان خوف میں جیتا ہے۔ خوف اس کی زندگی ہے۔ مرجانے کا خوف ہی موت کا خوف  
ہے۔ دوسری زندگی اس خوف میں جیتا ہے کہ کہیں وہ مر نہ جائے۔ انسان کبھی نہیں چاہتا کہ  
اُس کے اس خوف کا خاتمہ ہو جائے کیونکہ اس خوف کے ختم ہو جانے کا مطلب موت ہے۔  
موت کا آجانا موت کے خوف کا ختم ہو جانا ہے۔ ساری زندگی انسان اس خوف کے ساتھ  
کھیلتا رہتا ہے۔۔۔ ہاں مگر وہ جس کو اللہ جان کے نخل سے نہات دے۔

فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ وَاسْمَعُوا وَأَطِيعُوا وَأَنْفِقُوا خَيْرًا ۚ إِلَّا أَنْفُسُكُمْ

وَمَنْ يُوَفِّقْ لِنَفْسِهِ فَإِنَّ رِزْقَهُ رِزْقًا كَثِيرًا ۖ وَلِيَكْفُرْ عَنْ أَنْفُسِهِمْ

نہ کہ یہاں تک تم سے ہو سکے اللہ سے ڈرو اور سنو اور حکم مانو اور اپنے بھلے کے لیے خرچ کرو،  
اور جو شخص اپنی جان کے لالچ سے محفوظ رکھا گیا سو وہی فلاح بھی پانے والے ہیں۔

(التغابن 16)

ہر انسان کی زندگی میں ایک نامکمل، نا آسودہ، ادھوری خواہش incomplete desire ہے۔ جسے پورا کرنے، جسے پانے کیلئے وہ جی رہا ہے، دوڑ رہا ہے یہ زندگی کا drive motive ہے۔ یہ ایک ادھوری خواہش کبھی پوری نہیں ہوتی۔ ہر خواہش تکمیل پا کر آگے آنے والی نامکمل خواہش سے ضرب کھا رہی ہوتی ہے اسے multiply کر رہی ہوتی ہے۔ یہاں سے وہاں پہنچ جانے کی خواہش اور پھر وہاں پہنچ جانے کے بعد اس مکمل شدہ خواہش کا خالی پن، ادھوراپن۔  
نہیں یہ ویسا نہیں۔۔۔ جیسا نظر آتا تھا۔۔۔ اب اس سے اگلی ادھوری خواہش کی تکمیل کی جستجو۔

أَلْهَاكُمْ الشُّكَاكُ ۝ حَتَّىٰ زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ ۝  
کثرت کی آرزو نے تمہیں آلیا۔ یہاں تک کہ قبریں جا دیکھیں۔  
(النکاثر 1 تا 2)

جب یہی ادھوری خواہش اپنا زرخ اللہ کی طلب کو کرتی ہے تو محدود کا، لامحدود سے میل ہو جاتا ہے۔ خواہش کو تاثر expression مل جاتا ہے۔ پھر آسودگی،  
استقامت عطا ہو جاتی ہے۔ یہ عطا ئے ربی ہے۔

انسان نے اگر اس دنیا میں فی الواقع کوئی بہت بڑا اور مشکل کام اگر کیا ہے تو وہ اللہ کے ذکر اور نفس کے تزکیہ کے سوا اور کچھ نہیں ہو سکتا۔

وقت صرف مادے material پر گزرتا ہے غیر مادی شے پر وقت کا گزر نہیں۔

عزت نفس سے بڑا قریب اور کوئی نہیں ہے۔

ہر وہ انسان جو ایک بار پیدا کر دیا گیا وہ کبھی نہیں مرے گا۔ موت ایک نقل مکانی ہے transition ہے۔ انتقال سوائے transfer ہو جانے کے اور کیا ہے؟ ہم کسی اور دنیا میں ٹرانسفر کروئے جاتے ہیں اور بس!

لوگ اعمال کے پیچھے پڑے ہیں۔ اعمال نتائج ہیں results ہیں۔ اصل کام تو نیت کا ہے۔ عمل تو نیت کی رونمائی manifestation ہے۔  
عمل auto ہے نیت manual ہے۔

اللہ کس قدر زیادہ انسان پر خرچ کرنے والا ہے۔ یہ چاند، یہ سورج، چرند پرند، پانی، ہوا، آگ۔۔۔ ہر نعمت اتنی قیمتی ہے کہ قیمت کے دائرہ سے باہر ہے اور آدمی یہ سمجھتا ہے کہ یہ تو سب کو ملا ہوا ہے مجھا کیلئے کو کتنا ملا؟ کبھی کوئی نہیں سوچتا کہ میرے رب نے چاند میرے لیے پیدا کیا ہے۔ یہ سورج میرے لیے بنایا ہے۔۔۔ ہمیشہ ہر آدمی یہ سمجھتا ہے یہ سب کیلئے ہے اس لیے اس کو چھوڑ دو۔۔۔ ہاں بڑی بات ہے چاند سورج بنائے ہیں۔ لیکن ان کی ذات کیلئے اس نے کیا بنایا ہے؟ سر پہ پرائس لیس سورج چمک رہا ہے اور انسان سر جھکا کر سورج رہا ہے کہ جو مجھے چاہیے تھا وہ نہیں ملا۔

جو خود کو پہچان لیتا ہے وہ اپنے رب کو جان لیتا ہے۔  
اسی جاننے سے محبت پیدا ہوتی ہے۔

•

عقیدہ "faith" اگر اندھا ہے blind ہے تو زہر قاتل ہے۔ اگر عقیدہ سچ کی کسوٹی پر پکھلایا جائے تو عین ایمان ہو جاتا ہے۔ بغیر علم ایمان بھی عقیدہ ہے۔

•

سبھی کبھی اچانک کچھ لوگ، کچھ بہت ہی کم لوگ ایک لمحے میں چشمِ زدن میں یوزھے ہو جاتے ہیں۔ ان کی سوچ، انداز، زندگی اور جسم سب کچھ ایک لمحے میں بدل دیا جاتا ہے۔

•

انسان کی آنکھ میں میل ہے۔ سماعت گمراہ ہے۔ اعضاء میں بغاوت ہے۔ زبان بے اختیار ہے۔ ساری حیات گمراہ ہیں۔ اپنے آپ پر بے پناہ محنت کرنا ہوتی ہے۔ جب کام شروع کیا جاتا ہے صفر سے کیا جاتا ہے۔ ہر شے ہی بگڑی ہوئی ہوتی ہے۔

•

صوفی ہونا بڑا ہی مشکل ہے۔ صوفی ایک سائنسدان کی طرح ہوتا ہے۔ اس پر لازمی امر ہے کہ ایک ایسا وقت گزرتا ہے جب وہ ایک مدت اپنے نفس کی تجربہ گاہ میں دنیا سے بے نیاز ہو کر بند رہتا ہے اور نفس کو علم کی کسوٹی پر پرکھتا رہتا ہے۔ یوں سمجھنا چاہیے کہ گھاس سے برا ہوا ایک بہت بڑا میدان ہے اور گھاس کی ایک ایک پتی کو اٹھا کر اس کے نیچے کی حقیقت کو دیکھنا ہوتا ہے۔ یہ عمل پہلے پہل شدت میں اور پھر آخر کار اعتدال کی صورت



سہاری زندگی جاری رہتا ہے یہاں تک کہ شناخت ذات identification حاصل نہ ہو جائے۔ عطا نہ ہو جائے۔

اللہ جب کسی کو ہدایت کیلئے چنتا ہے تو اس کے دل میں اتر آئے کا فیصلہ کرتا ہے لیکن دل میں اترنے سے پہلے وہ اس کے دل پر نظر کشی کرتا ہے۔ وہ وقت، وہ حالات، وہ واقعات دید کے قابل ہوا کرتے ہیں۔ اس کے دل میں موجود خواہشات کو اجاڑ دیا جاتا ہے، زمین صاف کر کے رکھ دی جاتی ہے نہ کوئی پہاڑ نہ کنکر بس صاف ستھری ہموار زمین۔ جس دل میں اللہ کا تخت بچھ جائے وہاں اور کوئی نہیں رہ سکتا۔

کچھ لوگ کہتے ہیں کہ اللہ کو گن گن کر یاد کرنے کی کیا ضرورت ہے۔ یہ بات وہی کہتا ہے جو تسبیح کو جان نہیں۔ تسبیح اور ذکر میں فرق ہے۔ تسبیح گنی ہوئی ہے ذکر ان گنت ہے۔ ہر مخلوق اللہ کی تسبیح کرتی ہے۔

ہر مخلوق کی اپنی تسبیح ہے مگر انسان کی ایک نہیں کئی تسبیحات ہیں۔ اگر گنے گا نہیں تو کئی تسبیحات مسلسل کیے کرے گا؟ اللہ اندازے سے گن کر بھی دیتا ہے اور بے اندازہ بھی دیتا ہے۔ اس لیے اللہ کو ہر رنگ سے یاد کرنا ہوتا ہے گن کر بھی اور بغیر گنے بھی۔۔۔

نفس کی طاقت اور اللہ سے اس کی دشمنی جس نے دیکھنی ہے وہ ذکر کر کے دیکھ لے۔

مشاہدہ حق observation of the truth کے بغیر راستہ نہیں ملتا۔ اپنے نفس جانے بغیر بات نہیں بنتی۔ جو ہے جیسے ہے ویسا ہی دیکھنا مشاہدہ حق ہے seeing things as they are۔ کوئی رائے قائم کیے بغیر مشاہدہ کرنا بلند ترین ترین عقل highest intellect ہے۔

ایک مصروف اور الجھا ہوا ذہن کبھی سچ نہیں دیکھ سکتا۔ سچ کو وہی پہنچتا ہے جو اپنی غراہل کھن کرتا ہے۔ جو نظر آتا ہے وہ ہے نہیں اور جو ہے وہ نظر نہیں آتا۔ آنکھ اور دل کی پاکی کے بغیر کچھ سمجھائی نہیں دیتا۔

If you want to see the truth "You" must be vanshied.

ذکر اور تسبیح کرنے سے جو لوگ کہتے ہیں کہ رجعت ہو سکتی ہے وہ آدھا سچ جانتے ہیں۔ رجعت، ذکر، تسبیح سے نہیں بلکہ اس دور ان کیے جانے والے ارتکاز سے ہوتی ہے۔ Concentration is poison۔

ذہن کی بہت بھیا تک طاقت ہے کہ ہر خیال کو بڑا کر کے دکھاتا ہے magnify کرتا ہے۔ کسی کو حادثہ پیش آ جائے تو مضروب کو فوراً ایسے خیال آنے لگتے ہیں کہ شاید وہ مرے گا ہے۔ اُس کا کاروبار جاڑنے لگا ہے۔ اُس کے بیوی بچوں کا اب کیا ہوگا۔ کیا صرف جسمانی تکلیف کافی نہیں کہ مزید یہ magnification process

انسان کی اذیت کو بے پناہ بڑھانے کیلئے آدھمکتا ہے۔ صرف اللہ کے دوستوں کو اس سے نجات ہوتی ہے۔ باقی سارے اس میں گرفتار ہوتے ہیں۔ یہ خوف کی ایک شکل ہے۔

خیال کو بغیر جانبدار ہو کر دیکھنا ہی واحد حل ہے۔ وابستہ attach ہوئے بغیر دیکھنا ہوتا ہے چاہے وہ خیال ہو یا منظر۔ میرے ساتھ یہ نہیں ہو رہا بلکہ صرف --- (یہ ہو رہا ہے)۔ میں یہ نہیں دیکھ رہا بلکہ (دیکھا جا رہا ہے) انا کو، خودی کو ego کو، نفس کو self کو درمیان سے ہٹا کر دیکھنا ہوتا ہے۔ پھر سمجھ آتا ہے۔ یہی واحد حل ہے۔

اللہ کی پہچان کے سفر میں گھٹانا نہیں ہے، نامرادی نہیں ہے۔ شکست failure نہیں ہے۔ زندگی کے جس بھی موڑ پر آخری سانس آئے گا مسافر کو اس کی سعی قبول کیے جانے کی پوری امید ہوگی۔ انشاء اللہ۔

راویجن میں (ESP) extra sensory perception بہت بڑا خطرہ ہے۔ کیف و سرور، کشف و کرامت، الہام اور جذب سب منزل کو اجاڑ کر رکھ دینے کی مکمل صلاحیت رکھتے ہیں۔ ان کھلونوں سے بچے کھیلنے ہیں۔ ---

بگڑے ہوئے بوڑھے بچے! بارہا نہیں دیکھیں کہ جس نے کس کو دانا دیا ہے۔

رام سلوک میں تعلیم دیے جانے کا مقصد مرید بنانا نہیں بلکہ مستقبل کے استاد پیدا کرنا ہوتا

ہے۔ پھر اور مرید کوئی رشتہ نہیں۔ پہلے ماں، باپ، بہن بھائی، بیوی بچے اور پھر  
بھرا اور مرید؟۔۔۔



کام ہمیشہ موجود صورتحال given condition میں کرنا پڑتا ہے مثالی حالات ideal  
condition کام کرنے کیلئے کبھی نہیں دیے جاتے۔ کل کبھی نہیں آئے گا۔  
کم ہمتی کو چھوڑنا ہوتا ہے اور کوئی رکاوٹ نہیں۔



جہلت کو کنٹرول نہیں کیا جاسکتا اور نہ ہی دیا جاسکتا ہے۔ سچ کو دبانے سے وہ  
پودے کی شکل میں پھوٹ پڑتا ہے۔ مشاہدہ حق کے بغیر جہلت میں  
احتمال پیدا نہیں کیا جاسکتا۔



معاشرہ مذہب سے پیدا ہوتا ہے۔ اگر مذہب نہ ہو کتاب اگر نہ اتاری جائے۔ تو انسان اپنی  
اصل میں ایک جانور ہے اور جانور ہی رہ جائے گا۔ اللہ کا بے پناہ کرم ہے کہ ظلم کو آسان سے  
اتارتا ہے اور انسان کو سکھاتا ہے۔



سننا listening ایک بہت بڑا فن ہے۔ اگر بغیر کوئی رائے قائم کیے، بغیر کسی تعلق کے،  
صرف اور صرف مخاطب کی آواز سنی جائے۔ سنا جائے کہ لفظ آواز سے مل کر  
کیسے بن رہے ہیں۔ حتیٰ کہ لفظوں کا کیا مطلب ہے یہ خیال بھی جاتا رہے  
تو پھر جو سنائی دیتا ہے وہ کوئی اور بول رہا ہے۔

جو بھی کرنا ہے پوری توجہ full attention سے کرو۔ سننا، دیکھنا، کھانا، سونا جاگنا، بولنا، چلنا، پھرنا پوری توجہ سے الٹ رہ کر کرو۔ پھر دکھائی دے گا اور خوب دکھائی دے گا کہ کرنے والا کوئی اور ہے دیکھنے والا کوئی اور ہے۔ دیکھنے والے کی نظر سے دیکھو نہ کہ کرنے والے کی نظر سے۔

Doer is someone else, and seer is someone else.

سوچ کی جڑ "root" میں "me" ہے۔ بجائے "میں" ہر سوچ کی ماں ہے اسے پیدا کرنے کی ذمہ دار ہے۔

جہتوں کا مشاہدہ کرنے کیلئے تضاد conflict سے پاک ہونا لازمی ہے۔  
غصہ آئے تو صرف غصے کو دیکھنا ہوتا ہے کہ غصہ آ رہا ہے۔  
صرف جہلت کو دیکھا جاتا ہے  
وجہ کو نہیں۔

اللہ کی تلاش کے سفر میں اپنی وابستگیوں attachments کا مشاہدہ کیے بغیر انہیں جانے بغیر سفر شروع ہی نہیں ہو سکتا۔

اگر تکلیف نہ ہو تو اس سیارہ زمین پر زندگی کا موجودہ حالت میں وجود ممکن نہیں۔  
تکلیف سے زندگی قائم و دائم ہے۔

Pain is a preservative of life.

کشف، کرامت، الہام اور سرور یہ سب نتائج ہیں consequences ہیں۔ لوگ  
فارمولے، میٹھنڈیا پر یکٹس کی تلاش کرتے ہیں۔ اللہ بہت بڑا ہے۔ اللہ static  
reality نہیں ہے کہ کسی پر یکٹس سے مل جائے گا۔ انسان کا الیہ یہ ہے کہ چونکہ ست  
اور کامل ہونے کی بناء پر یہ چاہتا ہے اصل محنت والا کام کوئی اور کرے اور اسے فارمولہ مل  
جائے۔ نتیجہ اس کا یہ نکلتا ہے کہ لوگ اپنے نفس کے مکروہ بدبودار چہرے چھپانے کیلئے  
روحانیت کو فریج پر فیوم کی طرح استعمال کرنے لگتے ہیں۔ پروسیس کو بائی پاس  
کر کے ڈائریکٹ نتیجے تک پہنچنا ناممکنات سے ہے۔

ذکر کرتے ہوئے پانچ دروازے کھولنے پڑتے ہیں۔ پہلا خیند ہے ذکر کرتے ہوئے  
خیند بہت تنگ کرتی ہے۔ دوسرا ذکر کے دوران خیالات منتشر ہونے لگتے ہیں اور  
بہت رکاوٹیں hindrances آتی ہیں۔ تیسرے کو inability کہتے ہیں  
یعنی ذکر کیا نہیں جاتا، بار بار رو جاتا ہے۔

چوتھے میں جہالتیں بہت تنگ کرتی ہیں غصہ، حسد، لالچ، کینہ اور بے چینی جیسے مسائل بہت  
بڑھ جاتے ہیں۔ ان سب کا حل صرف اور صرف مستقل مزاجی اور محنت میں ہے۔ بس چلنے  
رہنا ہوتا ہے۔ صحرائیں کھوئے ہوئے انسان کی طرح جس کے پاس صرف یہ چھائیں رہ جاتی

ہے کہ اپنے سر کو جھکا کر ایک قدم کے بعد دوسرا قدم اٹھاتا رہے۔

بس چلتا رہے۔۔۔ سب کچھ اٹھ ٹھیک کر دیتا ہے۔

بس استقلال دیکھا جاتا ہے، انسان کا اخلاص دیکھا جاتا ہے۔ پھر پانچواں اور آخری دروازہ ہے اس مقام تک تو مسافر خود چل کر آ جاتا ہے اس سے آگے لیکن کوئی اختیار نہیں ہے۔ بس یہاں آ کر رک جانا ہوتا ہے، رُک کے ہی رہنا ہوتا ہے اور دروازے پر بھکاری کی طرح بس دستک دیئے جانا ہوتی ہے۔

اس دروازے کا مینٹرل باہر نہیں بلکہ اندر ہے۔ یہ دروازہ جب اللہ کی مرضی ہو تب کھلتا ہے۔ اس کے بعد اور کوئی دروازہ نہیں نہ ہی اس کے علاوہ اور کوئی دروازہ ہے۔ یہ دروازہ دربار خداوندی میں کھلتا ہے۔



دل کی رو عادات ہیں۔ ایک یہ ماضی میں رہتا ہے دوسرا جیسے ہی ماضی سے نکلتا ہے فوراً مستقبل میں جا گھستا ہے اور وہاں لوٹ پلوٹ لگائے لگتا ہے جبکہ جو وہ حال میں رکھا ہوا ہے۔



کسی بھی شے کی حقیقت کا مشاہدہ کرنا ہو تو اس شے کے ساتھ جڑے علم اور اس کے نام، شناخت، واقفیت knowing کو اس شے سے الگ کر دو

-Don't attach with the words

محبت کا جذبہ نہیں ہے جو محبت کا لفظ ہے۔ لفظ کبھی بھی کسی شے کی نہ تو حقیقت دکھا سکتا ہے اور نہ ہی کیفیت بیان کر سکتا ہے۔

خدا کو یہ سمجھنے کی ترغیب نہ کرو بلکہ اس کی ایسی سیوا کرو، ایسے زبردست attitude سے اخلاص سے اللہ کی خدمت کرو۔ اس سے ایسی محبت کرو اسے ایسا یاد کرو کہ خدا بندے سے خود پہ چمھے بتا دیتی رہا کیا ہے۔

خدا کو پانا ہے تو اپنی کوشش کو بلند کرو۔ اتنا کرو کہ انتہا peak تک پہنچ جاؤ۔ ہر ممکن ترین کوشش کرو maximum possible effort کرو۔ اس مقام تک جا کر دیکھو گے کہ اتنی ریاضت، مجاہدے، گریہ و زاری کے بعد بھی خدا نہیں ملا تو صاف دکھائی دے گا کہ ساری کوشش لا حاصل futile ہے۔۔۔

تب جا کر اپنی بے بسی اور رب کریم کی طاقت کا پتا چلتا ہے۔ جاہ و جلال کا اور اک ہوتا ہے۔ پھر غلب کرو گے ٹوٹے دل سے۔ پھر بھکاری بنو گے اصلی اور سچے بھکاری۔ مانگنے کا سلیقہ art of begging آ جائے گا پھر جا کر کہا جاسکتا ہے کہ بات بنتی نظر آنے لگے۔ انشاء اللہ۔ مگر شرط یہ ہے کہ۔۔۔۔۔

اپنی ہر کوشش کا **utility level** لازمی **Achieve** کرنا چاہئے۔

جوانسان اپنے آپ کے ساتھ خوش نہیں رہ سکتا وہ دوسرے کے ساتھ کیسے خوش رہ سکے گا۔  
جوانپنا خیر خواہ نہیں وہ سب کا دشمن ہے۔ کسی تنہا مقام پر خاموش بیٹھ کر اپنا مشاہدہ کرنا  
چاہیے۔ اگر انتشار اور بے چینی بڑھنے لگے تو اس کا مطلب یہ ہے کہ  
آپ بڑی صحبت bad company میں ہیں۔ یہ آپ کی آپ  
کے نفس سے بڑی صحبت ہے۔



نفس کو تربیت کی سخت ضرورت ہوتی ہے train your self۔ ایک جانور کی طرح سزا اور جزا کے عمل سے اپنے نفس کو گزارنا ہوتا ہے، investigation, inquiry inspection کرنا پڑتی ہے۔ سوچ، جسم اور جبلت کو تربیت دینا، انہیں اچھائی کی طرف سدھانا تزکیہ نفس ہے۔

اللہ تعالیٰ نے قرآن کریم میں سورۃ النقص میں سب سے طویل قسم کھائی۔

گیارہ بار۔۔۔ اور فرمایا

قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا ۝

بے شک وہ کامیاب ہوا جس نے اپنی روح کو پاک کر لیا۔

(النقص 9)

جائے استاد خالی است۔۔۔۔

اللہ کے رستے پر چلنا استاد کے بغیر ممکن تو ضرور ہے مگر محال بہت ہے۔ علم کتنا ہی بڑھ جائے نظر کا زاویہ درست ہونا (نظر کا کھلنا) استاد کی مدد کا محتاج ہے۔ یہی حقیقت ہے یہی سچائی ہے، یہی اصول ہے۔ استاد ڈھونڈنا خدا کے ڈھونڈنے میں شامل ہے۔ استاذ کی تائید تو خدا ہی انشاء اللہ مل جائے گا۔ یہ نقطہ جو نظر انداز کرے بہت ممکن ہے کہ رستے میں ہی ساری عمر بھٹکتا رہے۔ کسی دانہ استاد کا ملنا کسی خدا شناس تک رسائی ہو جانا صرف اللہ کی مدد سے ہی ممکن ہے ورنہ خود کوئی کیسے ڈھونڈ پائے گا؟ دعا کرنا ہوتی ہے۔۔۔۔

فلس کی پہچان کے بغیر بات نہیں بنتی۔ اللہ کے سب سے بڑے دشمن کو صرف اسی صورت  
تھکت دی جاسکتی ہے جب اس سے لڑنے والا صاف صاف اسے دیکھ کر یہ جان نہ لے کہ  
وہ آخر کس سے جنگ کر رہا ہے۔ یہ جنگ انسان اپنے آپ سے لڑتا ہے۔ اپنی پہچان کے  
بغیر کوئی خود سے کیسے لڑے گا؟

مستقبل ہمیشہ ماضی کی تبدیل شدہ حالت ہوتا ہے۔

Future is a modification of the past.

☆☆☆☆☆☆

A very amazing and very  
interesting, informative book!

تغییل مآله من المآله

مآله ترسندہ مآله ترسندہ